revista del
consumidor
No. 97
35 pesos
CON EL SUPLEMENTO INFANTIL el brinco
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION MENSUAL DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR/MARZO DE 1985

La leche también se aleja de la dieta familiar

El maíz y el frijol básicos para la estabilidad

Perfiles de la refrescoadicción

En semana santa, descubra su ciudad

Vivienda: rentada o propia, se abren algunas puertas

El Brinco: rondas infantiles

Lo tradicional

CUARESMA
mismo signo diferente significado

Antes, cuaresma para la gente de acrisolada fe, era tiempo de penitencia y ayuno entre el miércoles de ceniza y la pascua de resurrección: tiempo de vigilia, de reflexión, meditación y recogimiento espiritual; atmósfera impregnada de misticismo , de voz baja, de visita a las 7 casas, sin faltar el pan bendito con su ritual de oración; evocación del via crucis, luto, música sacra y pésame; rosario, cordón y ramo. Era ambiente sobrio hasta en el comer: caldo de haba o de pescado, tortas de charal, nopalitos en salsa verde, romeritos con tortas de camarón, buñuelos, capirotada y agua de chía... Y a su tiempo, la dosis de alegría —apertura de la gloria—, quema de los judas y el baño obligado a transeúntes...

Lo novedoso

Ahora... Espera ansiosa del "puente" de la semana mayor... Cada vez menos gente de fe buena; sólo vago recuerdo evocativo de la vigilia, de la vida, la pasión y la muerte; cada vez más gusto por la vacación, el descanso, el sol y la playa; sabor de discotec, de heavy rock y reventón. Fuga de la realidad, huida a donde sea, el caso es emigrar, olvidar; gasolina, alcohol y euforia: incremento de las cifras anuales de accidentes en carreteras, muchos se van, no todos vuelven...

Departamento de Educación para el Consumo.

DIRECTORIO INCO

Dirección General
CLARA JUSIDMAN DE BIALOSTOZKY
Dirección Técnica
ALEJANDRO DELGADO MARTINEZ
Dirección de Promoción
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR
Dirección de Producción Audiovisual y Editorial
MARTHA SUSANA RUIZ DE SARAVIA
Dirección de Finanzas y Administración
JORGE DOMINGUEZ PASTRANA
Coordinación de Delegaciones
GRISELDA ARISTA QUEZADA

SUBDIRECCIONES

Estudios Socioeconómicos
GUSTAVO PONCE M.
Estudios Técnicos
LUIS JUAREZ SUAREZ
Promoción
JOSE LUIS GARCIA NAJERA
Producción Audiovisual y Editorial
IRMA B. TERAN
Administración
FRANCISCO RODRIGUEZ ACOSTA
Finanzas
JUAN JIM BALTAZAR

DELEGACIONES

Baja California Norte
CARLOS REZA SALDAÑA
Chihuahua
VICTOR MANUEL BARRIGUETE
Estado de México
GABRIEL GAMA FLORES
Guerrero
MARGARITA GALEANA ADAME
Guanajuato
LUIS O. MEDELLIN OCHOA
Hidalgo
ESTEBAN G. CHAPA ZAMORA
Jalisco
RODOLFO ALFARO AGUIÑAGA
Morelos
RAUL CARBONELL C.
Nuevo León
FRANCISCO JAVIER NUÑEZ
Puebla
ROBERTO ARTECHE
Tlaxcala
JOSE LUIS ARGUIJO TORRES
Sonora
GUILLERMO A REYNA CELAYA
Tamaulipas
GUILLERMO NUÑEZ VELA
Veracruz
RAUL CONTRERAS BASURTO
Zacatecas
OSCAR A. DEL REAL M.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

Para hacer valer el derecho a la vivienda

Numerosos problemas encuentran cotidianamente los ciudadanos mexicanos en sus condiciones de vida: a los de alimentación se asocian los de transporte, salud, educación y vivienda. El derecho a la vivienda digna e higiénica se ha consagrado ya en la Constitución Política, para dar cierto cauce a un conflicto social que cada vez es más agudo, especialmente en las grandes ciudades.

Para muchas familias, la preocupación por tener vivienda propia o rentada es permanente y se asocia inevitablemente a la capacidad de pago mensual para poder contar con este derecho.

En 1985 se cuenta ya con un conjunto de instrumentos institucionales para dar cuerpo a aquel derecho constitucional, impulsando la construcción de viviendas de interés social, demandadas permanentemente a través de la organización social y laboral mexicana, lo que hace pensar que la posibilidad de adquirir vivienda propia por diversos sectores de compatriotas no está tan cerrada. Sin embargo, es una demanda que todavía está lejos de ser satisfecha.

El problema inquilinario, el de viviendas en arrendamiento, es uno que ha sumado protestas de miles de ciudadanos. En el periodo legislativo pasado se incorporaron —a diversas disposiciones legales—, añejas demandas que frenarán en parte el abuso de casatenientes, que fincan su poderío en la falta de inmuebles para renta. Las modificaciones dan un cierto marco legal favorable a los inquilinos.

Las disposiciones legales mexicanas nada cuentan si la ciudadanía no las ejerce. Al contar con instrumentos legales la familia mexicana debe comprometer su empeño para hacerlas cumplir y exigir de autoridades y particulares su escrupuloso cumplimiento.

Sumario

REVISTA DEL CONSUMIDOR

Jefatura Editorial:
ROGELIO HERNANDEZ LOPEZ Y
ENRIQUE QUINTERO MARQUEZ.

Secretaria de Redacción:
LILA PASTORIZA

Suplemento "El Brinco"
MARIE PUGA y PILAR PEREZ

Reporteros:
JAVIER KURAMURA/HERNAN CASARES/
DULCE MARIA LILLIAN/JUAN DE LA FUENTE

Producción Fotográfica:
VERONICA BRAVO

Reporteros Gráficos:
CARLOS MACIAS/ROBERTO TINOCO/
JAVIER VALLEJO/RAFAEL PIÑA

Departamento de Arte y Diseño:
EDMUNDO J. CERVERA SANDOVAL

Formación, ilustraciones y viñetas:
AUGUSTO APON/SUSANA MENDOZA/
VERONICA SUAREZ/MARTHA FAJER/
DOLORES RAMIREZ/FRANCISCO
ALATRISTE/RODOLFO CORONEL

Archivo:
JOSE LUIS CORONEL

Asistente Departamento Editorial:
ANTONIA GARCIA GOMEZ

Distribución:
JOSE LUIS FURLONG

Impresos:
SERGIO PALACIOS

APOYO ESPECIAL AL NUMERO 97 DE LOS DEPARTAMENTOS

Análisis sobre Comunicación
JOSE CHAN ESCALANTE

Consulta Directa
MARIO LOYO

Estudios Jurídicos
LUIS PONCIANO VAZQUEZ RIOS

Documentación e Información
RICARDO RAMIREZ BRUN

Educación para el Consumo
GUSTAVO RODRIGUEZ

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

3

Vivienda

El problema de la vivienda se ha agravado en los últimos tiempos. Sin embargo, hay algunas opciones que el consumidor debe conocer tanto en el caso de la casa propia como en el de las rentas. En esta edición brindamos la información necesaria para determinados canales de compra y adelantamos las conclusiones del decreto que, sobre el arrendamiento de casas-habitación, ha sido sancionado recientemente.

14

Alimentación y nutrición

El encarecimiento de la carne y de la leche ha ubicado sobre el tapete la cuestión de las dietas alternativas a aquellas de alto costo. En este número de la Revista del Consumidor iniciamos una serie de entrevistas a especialistas en materia. En esta ocasión, el doctor Héctor Bourges, del INN, explica cómo pueden sustituirse los alimentos caros sin perder en nutrición.

El Brinco
páginas
centrales

El Brinco

Nuestro suplemento infantil presenta a través de "Dame la mano y danzaremos" el rescate de los juegos y canciones tradicionales. Además, informa a los lectores infantiles sobre cómo hacer un papalote y les brinda un interesante cuadro comparativo de jugos de frutas que incluye opiniones de los niños.

SUMARIO

Para una casita aunque sea chiquita	3
Los inquilinos van imponiendo su ley	6
La leche también se aleja de la dieta familiar	9
Entrevista al doctor Héctor Bourges	14
Refrescos: ¿cuántos, por qué?	18
¡Aguas! Ahí viene el estiaje	21
Si quiere vacaciones, prepárelas ya	24
¿Qué tal si redescubrimos la ciudad de México?	27
Ciudad de México: las 33 rutas más populares	30
El INCO en los Estados	32
Vacunas vemos pero no siempre las conocemos	34
Cuestionario sobre la Revista del Consumidor	36
Publicidad	37
Tribuna	39
Para la cuaresma	40

Diseño de portada: EDMUNDO J. CERVERA SANDOVAL
Fotografía de portada: VERONICA BRAVO

La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la búsqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de todos los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales. No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta Revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.

Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Asesoría Legal de la Dirección General, Lic. Angel Oyarvide, Insurgentes Sur 1228-11º piso, Código Postal 03210, o al Apartado Postal 20600, México, D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Técnica Scanner, S.A., Calz. de la Viga 1446, México, D.F. 09400, Tipografía Ediciones Mundo Marino, S.A. Cruz Verde No. 40, 04000 México, D.F. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial. Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependientes de la SEP, Oficio No. 1227 del 30 de abril de 1981.

Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor.

Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro No. 0f5-1176, Características 218621408.

Más posibilidades

Para una casita aunque sea chiquita

En algunas familias, la preocupación por la vivienda es lejana. Empero, contar con una habitación decorosa o tener recursos suficientes para pagar la renta a tiempo siguen siendo temas "quebradero de cabeza" de millones de compatriotas. Recientemente se han registrado cambios en las leyes relacionadas con la vivienda, modificaciones que hacen menos difícil conseguir o mantener habitación. ¿Por qué no intentar? El INCO puede ayudarle.

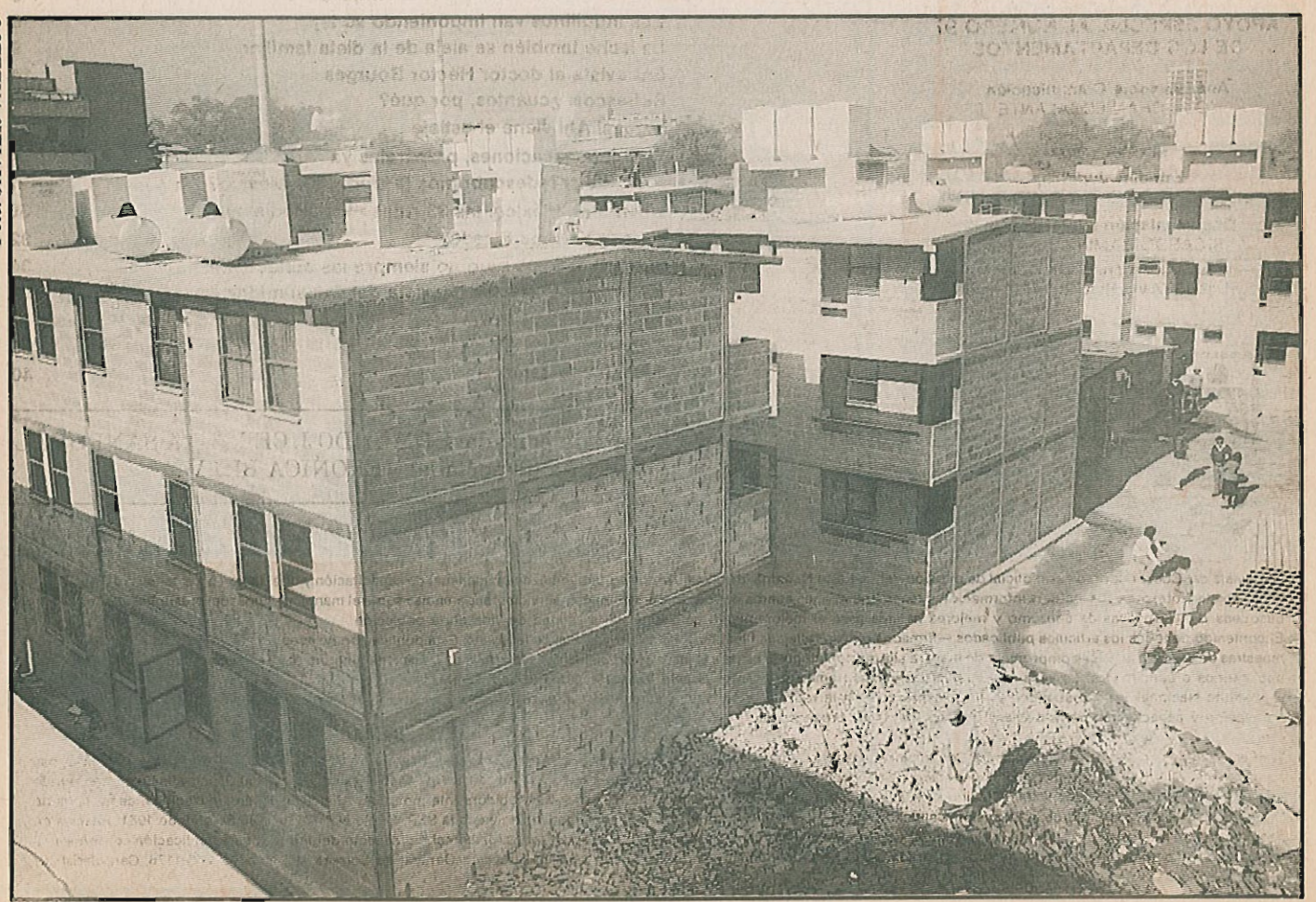


Foto: JAVIER VALLEJO

La falta de vivienda continuó, en 1984, adquiriendo proporciones tan preocupantes que el *Congreso de la Unión* se vio obligado a realizar algunos cambios en las normas legales en materia inquilinaria; según sus propios estudios el problema se vuelve cada vez más agudo, especialmente en las grandes ciudades, con altas concentraciones de personas que, en condiciones precarias, intentan encontrar refugio donde vivir.

Empero, al iniciarse 1985, el panorama de acciones emprendidas por los gobiernos federal y estatales a fin de posibilitar a grupos numerosos el acceso a la vivienda propia hace pensar que esa aspiración no está tan cerrada. Por ello, el INCO recogió la información más general que permita orientar al consumidor.

Acciones del gobierno federal en vivienda

A comienzos de la década de los setenta, el gobierno federal instrumenta políticas para aminorar el déficit que ya se había acumulado. En 1972 se incorpora la fracción XII al Artículo 123 constitucional, determinando la obligación patronal de aportar el cinco por ciento del monto de los salarios pagados a sus trabajadores, a fin de formar un fondo nacional de vivienda que ayude, con créditos bajos y suficientes, a la adquisición de casas-habitación.

En 1983 se incorpora, en el Artículo Cuarto de la Carta Magna, el derecho a vivienda digna y decorosa para toda la población, y un año después se promulga la primera **Ley Federal de Vivienda**, con el objeto de apoyar la construcción a través de medidas financieras, administrativas y técnicas.

En este marco jurídico se inscriben algunos de los programas de promoción de vivienda, mediante los cuales grupos de beneficiarios pueden tener acceso a la casa propia. En los siguientes apartados se describen brevemente los más importantes de esos programas.

INFONAVIT

En primera instancia, es preciso aclarar qué se entiende por vivienda de interés social. Se trata de aquélla cuyo valor, al término de su edificación, no supere la suma que resulte de multiplicar por diez el salario mínimo general de un año vigente en la zona.

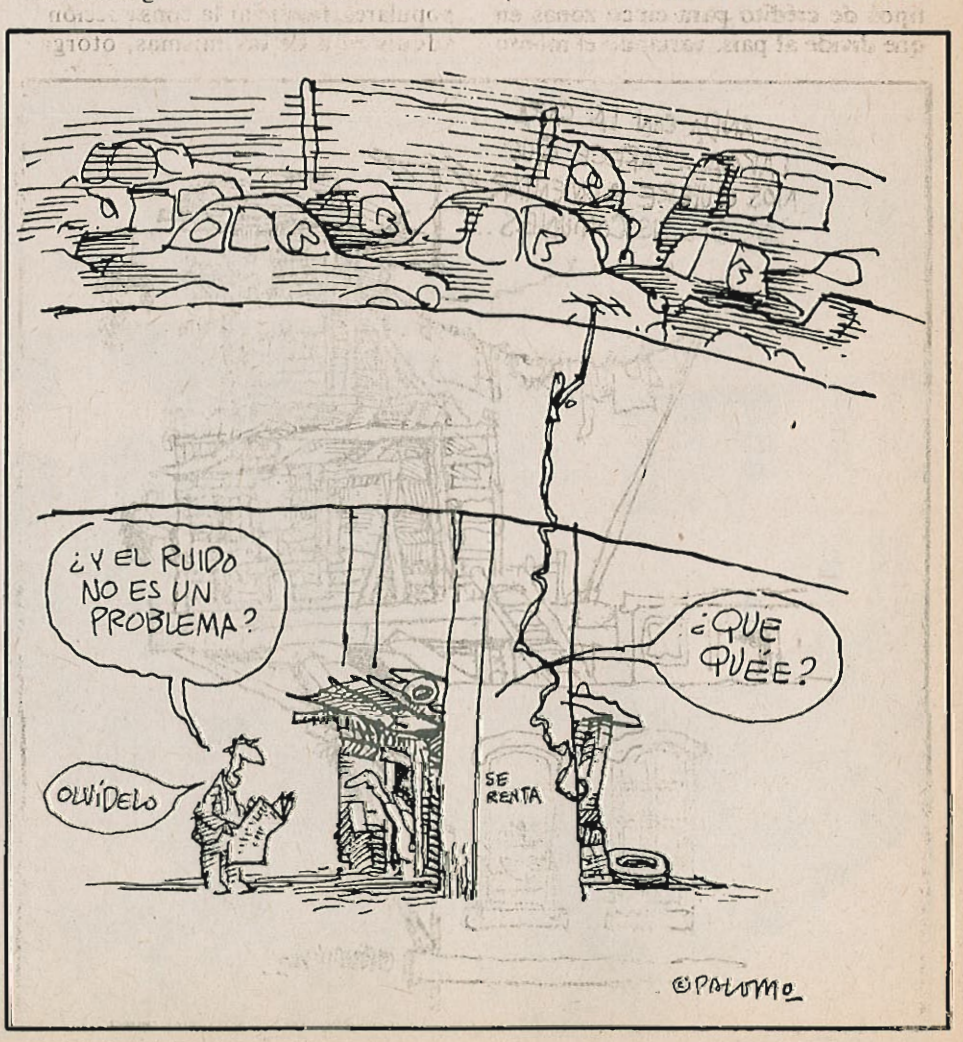
El **Instituto del Fondo Nacional para la Vivienda de los Trabajadores** (Infonavit) —que se crea en 1972 como organismo tripartito (esto es, administrado por el gobierno federal, trabajadores y empresarios)— se convierte en un importante organismo al manejar recursos cinco veces mayores a los concentrados, por ejemplo, por el **Fondo de la Vivienda para los Trabajadores al Servicio del Estado** (Fovissste).

No obstante que el Infonavit se ha constituído como un organismo financiero, por haber delegado a promotores de vivienda la planeación, diseño y evaluación de proyectos de construcción, la asignación de créditos se realiza de igual manera que antes; es decir, es a través del sindicato de cada empresa, que asigna los créditos mediante sorteo, de acuerdo a la solicitud del derechohabiente, según se especifica en los instructivos de la institución.

FOVISSSTE

También en 1972 surge el Fovissste, cuyo objetivo es administrar un sistema de financiamiento proveniente de recursos de las dependencias y entidades públicas (cinco por ciento sobre el sueldo básico de sus trabajadores), a fin de obtener créditos baratos en la adquisición de inmuebles, con tasas de interés social del cuatro por ciento anual sobre saldos insolutos.

Dado que no logró el plan de beneficiar a 885 mil burócratas y solamente alcanzó a ayudar al cinco por ciento de los mismos en la zona metropolitana (28 mil 711 viviendas fueron construi-



das durante el período 1974-1983), en 1983 inició una nueva promoción para apoyar a sus afiliados que ganan el salario mínimo, con programas de vivienda progresiva (pie de casa), es decir, lotes con servicios y vivienda a construir.

Las solicitudes para este fondo se hacen de la misma manera que para el Infonavit.

FOVI

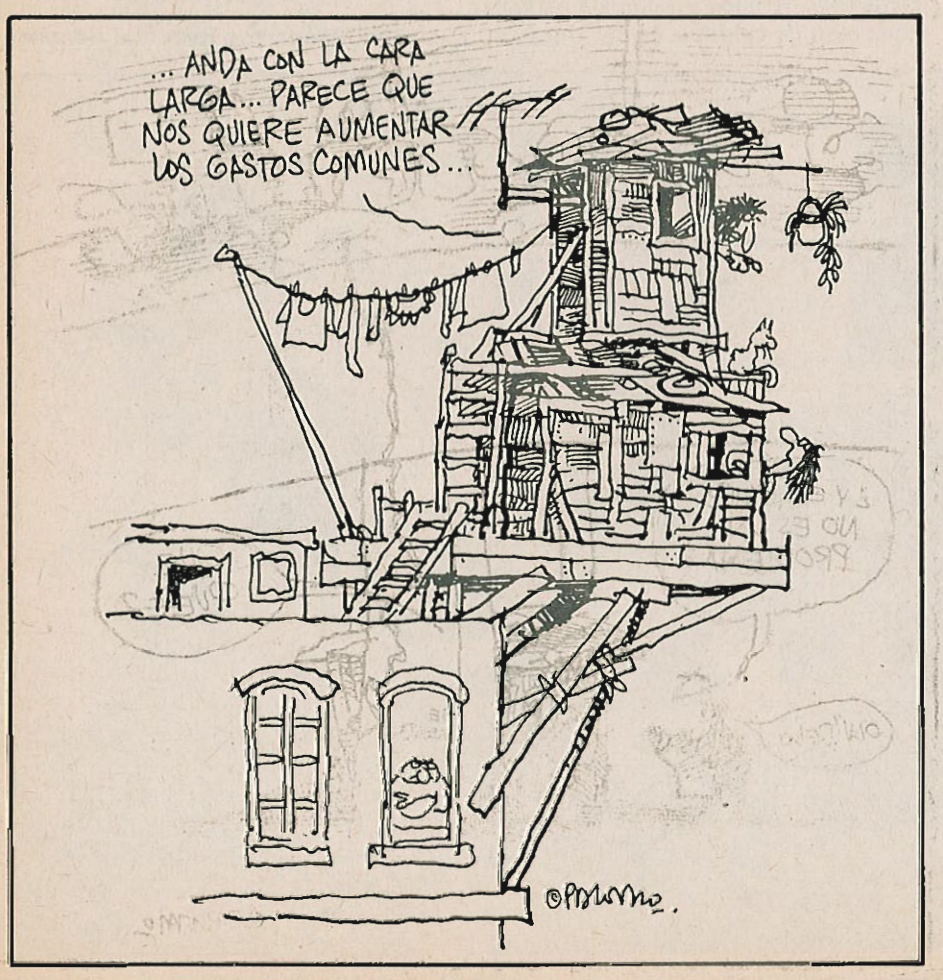
El **Fondo de Operación y Descuento Bancario a la Vivienda** (Fovi), canaliza recursos a la Banca de Desarrollo y Comercial para la promoción de vivienda de interés social, orientándose a sectores de la población, asalariados o no, con ingresos suficientes para cubrir los pagos derivados de créditos para construcción, adquisición o mejoramiento de la vivienda.

Este programa establece cuatro tipos de crédito para cinco zonas en que divide al país, variando el monto del crédito de acuerdo al tipo de vivienda para el que se solicite. En la actualidad, oscila entre tres y cuatro millones y medio de pesos dentro de la Ciudad de México, y para aspirar a uno de ellos es preciso percibir un ingreso mensual desde 2.2 hasta nueve veces el salario mínimo.

El Fovi tiene sus oficinas centrales en Insurgentes Sur 1106 y en la planta baja se encuentra el Departamento de Información.

BANOBRAS

Por su parte, el **Banco Nacional de Obras y Servicios Públicos** (Banobras) opera desde 1949 a través del Fondo de Habitaciones Populares. Al cambiar su estructura en 1983 crea el Fideicomiso Fondo de Habitaciones Populares; el objetivo de Banobras es apoyar la construcción y mejoramiento de viviendas y conjuntos habitacionales populares, financiar la construcción y adquisición de las mismas, otorgar créditos para la urbanización de fraccionamientos, y otros; el organismo logró construir 17 mil 167 viviendas durante 1970-1983. Así continúa sus operaciones.



FONHAPO

La **Comisión de Desarrollo Urbano del Distrito Federal** (Codeur) se crea en 1976, en sustitución del Fidéicomiso de Interés Social para el Desarrollo de la Ciudad de México (Fideurbe) y de la Dirección General de Habitación Popular del DDF. Sus programas fueron insuficientes porque sólo logró la construcción de mil 904 habitaciones, cifra insignificante ante el gran déficit de vivienda.

Es por ello que en el Programa Nacional de Vivienda se norma también la acción del **Fondo de Habitaciones Populares** (Fonhapo).

Esta es una institución de crédito surgida en 1981 con el fin de atender las necesidades de suelo y vivienda de la población de más escasos recursos en el país.

Sus líneas de crédito son para compra de terreno, lotificación, trazo de calles e introducción de servicios de agua, drenaje y la construcción progresiva de una vivienda.

El Fonhapo atiende principalmente a familias con ingresos comprendidos desde 0.5 hasta 2.5 veces el salario mínimo y por lo tanto permite obtener créditos a personas que, por sus bajos ingresos o por el hecho de no tener trabajo fijo, normalmente no son sujetos de crédito en otros programas.

El costo máximo de acción (crédito) por tipo de programa varía: en la ciudad de México es de 436 mil 560 pesos hasta un millón 632 mil. El plazo de amortización se calcula de acuerdo a las condiciones del crédito, y puede llegar a un máximo (en los créditos más caros) de 15 años.

Para iniciar los trámites de solicitud de crédito, se debe acudir a las delegaciones de la Secretaría de Desarrollo Urbano y Ecología (Sedue) en los estados, o a las oficinas de Fonhapo, ubicadas en Homero 203, esquina con Suderman, en el Distrito Federal. El reglamento de operación de este fideicomiso especifica que la forma de

financiamiento es colectiva y son sujetos de crédito los grupos organizados legalmente.

FIVIDESU-DDF

El último de los programas gubernamentales es el **Fideicomiso de Vivienda, Desarrollo Social y Urbano del DDF**, de reciente creación, que opera con fondos del gobierno capitalino y tiene como objetivo atender las necesidades de suelo y vivienda de la población de escasos recursos.

Este Fideicomiso atiende a sectores de la población que habitan en vecindades deterioradas, semidestruídas y en las llamadas "ciudades perdidas", ubicadas en zonas céntricas de la ciudad.

El apoyo que ofrece es de asesoría técnica y créditos hasta por un millón 200 mil pesos, para la compra de terrenos, remodelación de vivienda y compra de material de construcción, cuando el caso lo amerite.

El financiamiento también es colectivo, a partir de grupos de 50 familias, siendo sujetos de crédito todos aquellos jefes de familia que comprueben ganar el salario mínimo. El plazo de amortización, de acuerdo a las condiciones del crédito, es de diez años.

Para iniciar los trámites de solicitud de crédito, los interesados deben acudir a las oficinas del DDF, sector Vivienda, Desarrollo Social y Urbano, cuarto piso, frente a la estación del Metro San Antonio Abad.

AUTOCONSTRUCCION

El Sindicato Unico Nacional de Trabajadores Universitarios (SUNTU) también se unió a la obtención de viviendas por autoconstrucción y sus resultados iniciales son de lo más alentadores. Ante el déficit de vivienda, y dentro de la estructura del gasto familiar de los trabajadores universitarios, inició el **Programa de Autoconstrucción de Vivienda** a nivel nacional.

Para realizar dicho programa, el SUNTU se apoya en la Secretaría de Desarrollo Urbano y Ecología para la obtención de créditos; en el Congreso del Trabajo, que asesora trasmitiendo la experiencia que tiene en autoconstrucción y en la Facultad de Ingeniería de la propia UNAM, que presta el auxilio técnico.

Lo novedoso de este proyecto es que comenzó en noviembre del año pasado abriendo un curso intensivo de autoconstrucción impartido en el auditorio de la Facultad de Ingeniería.

Todos estos son sólo algunos de los mecanismos a través de los cuales se intenta disminuir el problema de la habitación. Sin embargo, el panorama no ha registrado grandes cambios, ya que la actividad constructora ha descendido notablemente entre 1981 y 1984; esta disminución se debe, en parte, a la falta de recursos financieros en un período de crisis económica.

De todos modos no hay que perder las esperanzas. Como hemos visto, existen programas que, con paciencia y perseverancia, quizá puedan concretar el sueño de la casa propia.

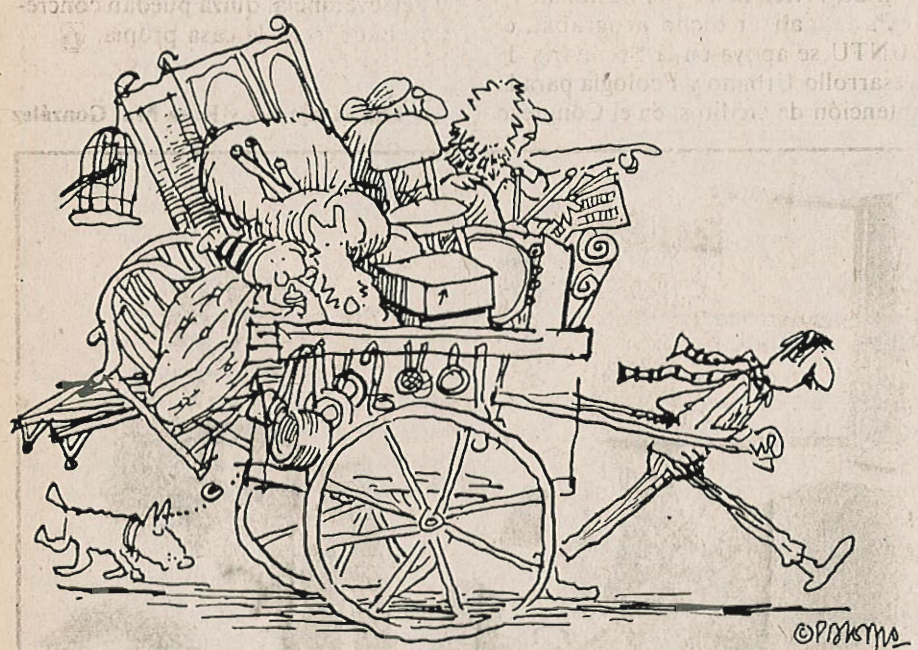
Elia Manjarrez y Rosa Ma. González

Foto: JAVIER VALLEJO

Inmuebles en arrendamiento

Los inquilinos van imponiendo su ley

Con el propósito de proteger a las familias que tienen necesidad de rentar casas habitación, en días pasados se publicó en el *Diario Oficial* un decreto que reforma y adiciona diversas disposiciones relacionadas con inmuebles destinados al arrendamiento.



Dichas modificaciones dan un marco legal adecuado para satisfacer ciertas demandas de los inquilinos en contra de las desmedidas pretensiones de los arrendadores.

Con algunas de estas reformas y adiciones se otorgan facultades en materia de arrendamiento —sólo para el D.F.— a la Procuraduría Federal del Consumidor, sobre la protección y tutela de los derechos de los inquilinos.

Se establece en dicho decreto que las rentas deben pagarse en los plazos convenidos y, a falta de convenio, por meses vencidos; se contempla la recuperabilidad de los pagos hechos en exceso de la renta estipulada.

Se prevee también que el aumento de la renta no debe rebasar el 85 por ciento del porcentaje del incremento al salario mínimo general para el D.F., en el año calendario que el contrato se prorrogue o renueve; es decir, si usted va a renovar su contrato de arrendamiento, el aumento se debe computar conforme al último incremento al salario mínimo general para el D.F., según el porcentaje señalado.

Las nuevas disposiciones contemplan también reformas al Código de Procedimientos Civiles para el D.F., en lo que se refiere a la creación de los Juzgados del Arrendamiento Inmobiliario. Pero veamos con más detalle estas modificaciones que tanto interesan a los inquilinos del D.F.

Habitaciones higiénicas; duración mínima: un año.

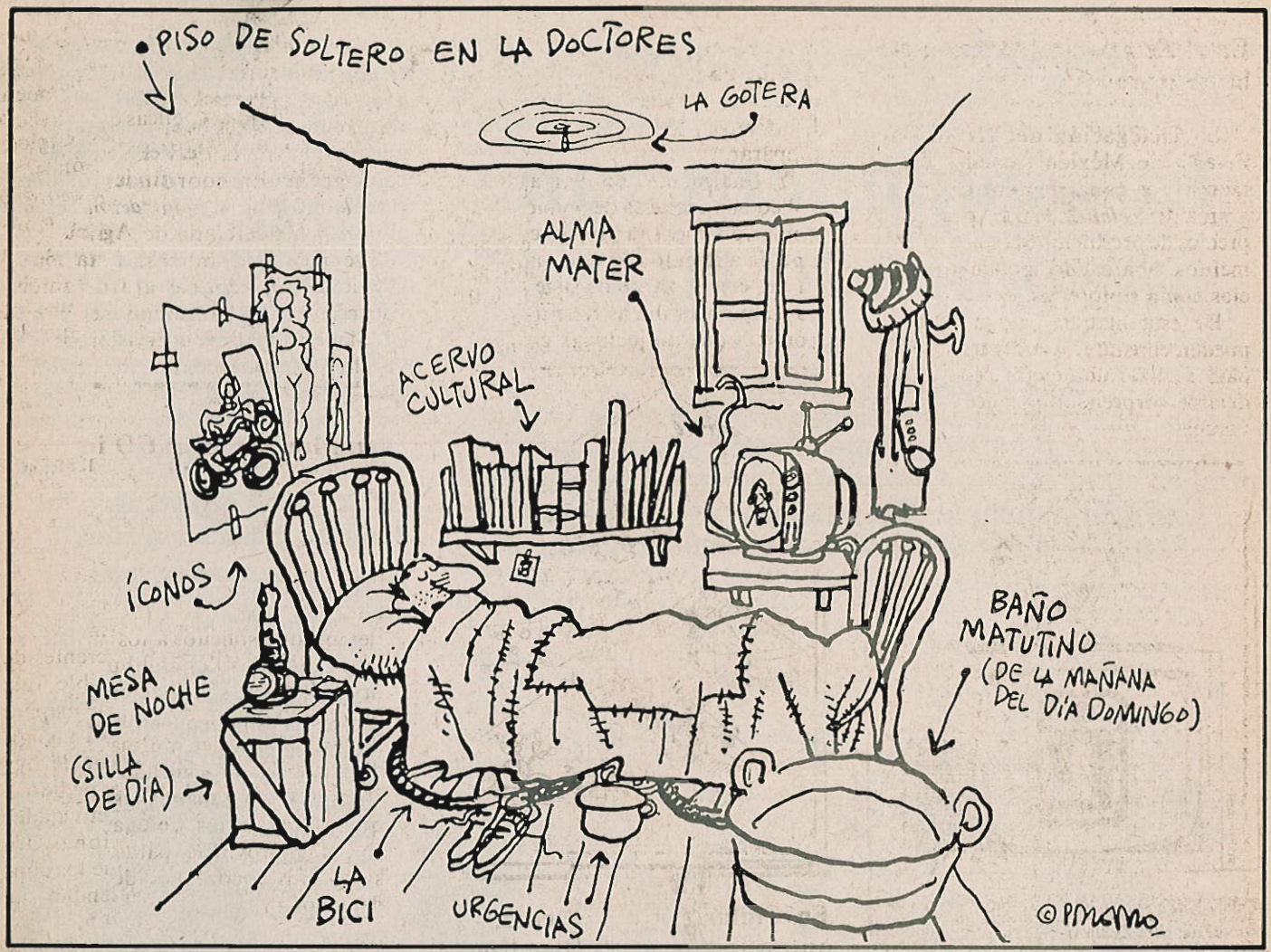
En las reformas contenidas en el Código Civil, destacan las siguientes:

— Las casas en arrendamiento deben ser higiénicas y salubres. El arrendador que alquile una vivienda que no reúna estos requisitos, será responsable de los daños y perjuicios que sufran los inquilinos por esas causas.

— La duración mínima de los contratos de arrendamiento para casa habitación será de un año forzoso para ambas partes, y se podrá prorrogar por dos años más a voluntad del inquilino, siempre que esté al corriente en el pago de las rentas.

— La renta deberá fijarse en moneda nacional, y el aumento a la misma será cada año, como se mencionó anteriormente; así, también la renta se deberá pagar hasta que el inquilino ocupe la casa habitación.

— El arrendamiento se debe formalizar a través de un contrato por escrito, el cual deberá contener lo siguiente: nombre del arrendador y arrendatario; dirección de la casa habitación; descripción detallada del inmueble, de los accesorios con que cuente y las condiciones en que éstos se encuentren; precio de la renta; garantía, o depósito en su caso; mención de que el inmueble se destinará exclusivamente para habitación; obligaciones adicionales que contraigan ambas partes establecidas en la Ley, y el término del contrato.



PROFECO protege

También entre las reformas se contempla que la Procuraduría Federal del Consumidor actúe como mediador entre inquilinos y arrendadores, siempre y cuando se trate de inmuebles destinados al arrendamiento en el D.F.

Como ya se mencionó anteriormente, se prevee la posibilidad de recuperar los pagos hechos en exceso por el uso temporal de una casa habitación, lo cual se podrá hacer a través de la Procuraduría Federal del Consumidor, quien en un momento dado puede actuar como representante, tutelador y vigilante de los derechos de los inquilinos, por lo que si usted tiene dificultades con un arrendador, le sugerimos que acuda a la PROFECO, para que el personal capacitado con que cuenta le oriente y asesore, o en su caso actúe como mediador en el problema.

Otras adiciones

En el mismo decreto se autorizó la constitución del Régimen de Propiedad en Condominio para los inmuebles actualmente arrendados, que lo hayan estado durante los últimos cinco años; al respecto, tanto propietarios como inquilinos, si así lo convienen, pueden acogerse a dicho régimen, es decir que el inmueble arrendádo puede ser comprado por el inquilino bajo las modalidades del régimen de propiedad en condominio, siempre y cuando dicha propiedad admita una cómoda división a juicio del D.D.F. En su caso, los interesados disponen de un año para hacer uso de este derecho, a partir de la fecha en que entró en vigor el decreto mencionado (7 febrero 1985).

La Ley del I.S.S.S.T.E. en su sección "Del Crédito para la Vivienda", se modificó al constituirse el Fondo de la Vivienda, que tiene por objeto establecer y operar un sistema de financiamiento que permita a los trabajadores obtener créditos baratos y suficientes mediante préstamos con garantía hipotecaria sobre inmuebles urbanos.

También la Ley Federal de la Vivienda, la de Desarrollo Urbano del D.F. y la de Obras Públicas, se modificaron para promover y fomentar la construcción de viviendas destinadas al arrendamiento con un interés social.

Hasta aquí, mencionamos las reformas y adiciones de más interés para los inquilinos, proporcionando una orientación para que, en un momento dado, se pueda actuar conforme a Ley y no sujetarse a la voluntad de los arrendadores. Si requiere más información solicítela al 568 87 22.

Javier Kuramura
con asesoría del Departamento Jurídico del INCO

La leche también se aleja de la dieta familiar

La producción de leche en México se ha fincado sobre procesos altamente tecnificados que inciden directamente en los frecuentes aumentos al precio final que paga el consumidor, y en el desaprovechamiento de parte importante de la ganadería lechera tradicional. Es necesario, por tanto, apoyar sistemas alternativos de producción, ya que los procesos altamente tecnificados que se implantaron en las últimas décadas, son ajenos a la realidad del país, así como a las necesidades de la población.

Se requiere cambiar una cultura productiva que ya no corresponde a las condiciones existentes en el país.

Producto caro desde siempre

Debemos recordar, por ejemplo, que hace cincuenta o sesenta años México tenía un marcado carácter rural. Este hecho imprimía características bien precisas a la producción. La leche era un producto rural, elaborado alrededor de las ciudades y poblados, en pequeños establos que constituían las explotaciones típicas. De otro lado, el ranchero, el granjero, se autoabastecía y abastecía de alimentos lácteos a sus alrededores.

El desarrollo urbano del país adquirió tal magnitud que los nuevos núcleos sociales impactaron a la demanda. Tuvimos entonces un crecimiento de los requerimientos de productos lácteos, en un contexto donde imperaba la producción rústica de los mismos.

Las ciudades fueron creciendo y desplazando los terrenos dedicados al cultivo de forrajes y manejo de animales. La sociedad fue adquiriendo un carácter urbano, en un proceso donde los productores se fueron alejando de los grandes centros poblacionales.

El desplazamiento de los establos ubicados alrededor de las zonas urbanas, incidió en el precio, la leche se encareció para el consumidor urbano. Las condiciones mismas de producción se fueron complicando y al paso del tiempo los forrajes y en general los insumos empleados, elevaron sensiblemente los costos.

La leche se volvió un alimento cada vez más caro, y evidentemente quien lo podía adquirir eran los grupos sociales de mayor poder de compra. De tal suerte que desde hace cuarenta años es un alimento casi exclusivo de dichos sectores. El reverso de la moneda fue su paulatina conversión en un alimento de difícil acceso para los estratos de menores ingresos, y aun para los medios. Así, la insuficiencia del producto, y su orientación hacia los sectores de mayores ingresos, no son hechos nuevos, sino que por el contrario, se remontan a una evolución que data de varias décadas. La concentración del consumo en los mercados urbanos también proviene de aquéllos tiempos.

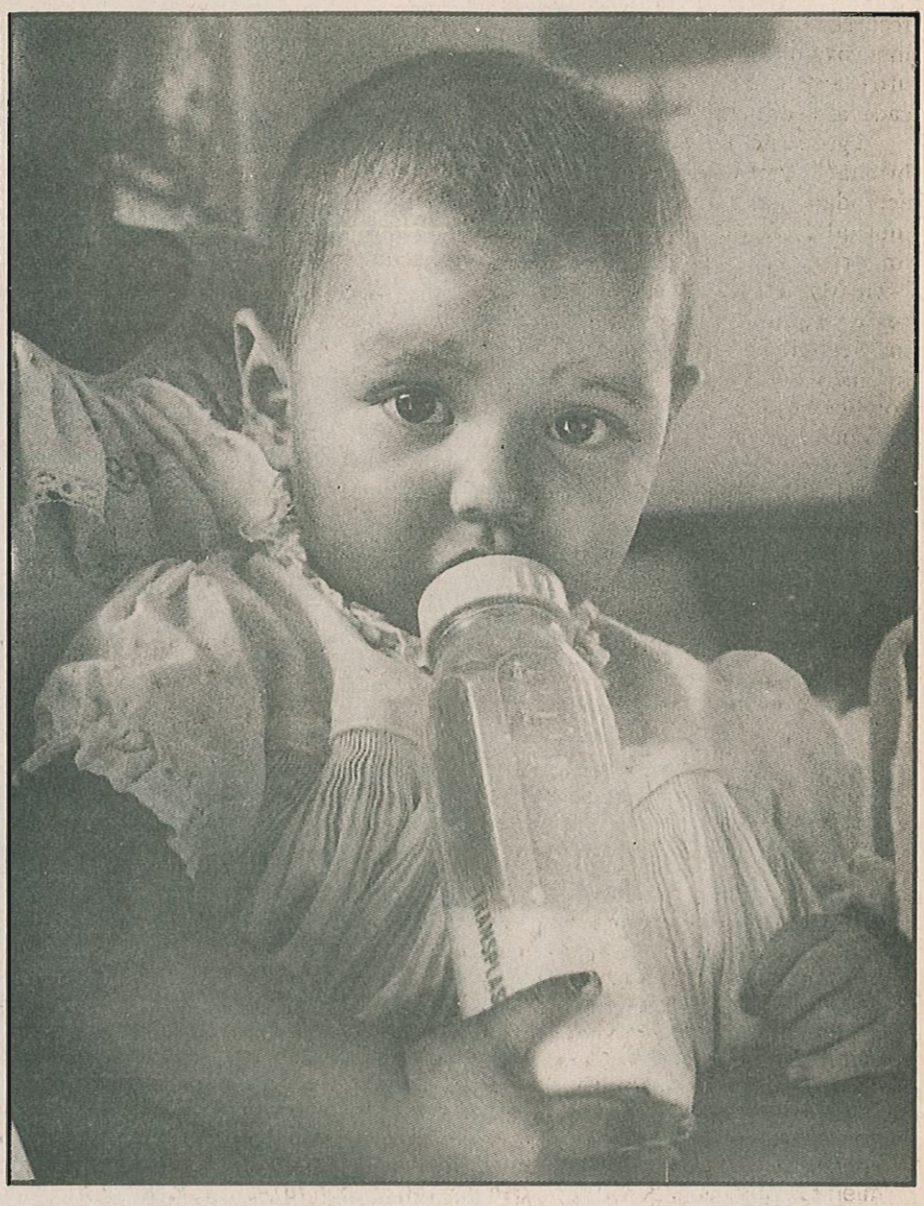


Foto: JAVIER VALLEJO

En ese contexto, inicia sus operaciones en los años cincuenta la *Compañía Nacional Rehidratadora de Leche*, antecedente de lo que es hoy *LICONSA* (Leche Industrializada Conasupo). Se empezó a importar leche a un precio menor que el imperante en el interior del país, se la rehidrataba —en la planta de *Tlalnepantla*—, y distribuía a los sectores económicamente más desprotegidos.

La participación inicial del gobierno en el abasto de leche sirvió como elemento regulador en el mercado, principalmente en la ciudad de México, toda vez que para los productores era difícil vender leche a un precio superior al que otorgaba la *Compañía Nacional*.

Sin embargo, en todo el país no había suficiente producción primaria para abastecer la demanda de los centros urbanos.

La revolución blanca

Todavía hace treinta años —como se dijo— la producción masiva de leche se basaba en métodos muy tradicionales, con ganado criollo. Fue en los años cincuenta cuando fuertes grupos económicos deciden invertir en la explotación lechera. El momento resultaba rentable como para destinar

recursos importantes a la producción intensiva de leche, ya que la demanda urbana aseguraba un creciente mercado al producto.

El gobierno, por su parte, empezó a brindar incentivos a fin de alentar una actividad que se consideraba fundamental para el país. Se facilitó la importación de ganado especializado —en México no existía—, de maquinaria y equipo, y en general se adoptó una tecnología que a la postre resultó inadecuada o inapropiada para las condiciones del país. Así se empezó a producir leche en instalaciones intensivas de gran tecnificación, con alimentación a base de concentrados y ganado especializado. Había dado inicio la llamada *"Revolución Blanca"*.

El antecedente inmediato a esta producción intensiva se encuentra en la actividad de las empresas *Nestlé* y *Carnation*, que allá por la década de los treinta iniciaron sus operaciones en el mercado nacional, la primera en el sureste y la segunda en el norte del país. Habría que reconocer que ambos casos tenían inicialmente un sentido positivo, puesto que originalmente se pensaba industrializar productos lácteos, como la famosa leche *NIDO* y las leches maternizadas, y paralelamente, mediante un acuerdo con el gobierno mexicano, se iniciaría un programa de fomento a la producción primaria, de innovación tecnológica, incentivos, asistencia técnica, mejoramiento genético del ganado, etcétera.

De tal modo, se importaron cuantiosas cantidades de leche en polvo a fin de elaborar productos industrializados, con el compromiso de que paulatinamente debería sustituirse el producto extranjero por uno nacional.

Sin embargo, la importación de leche resultó ser el mejor negocio: se traía leche subsidiada para vender leche cara. Durante 25 años ese fue el gran negocio. Se conformó así un grupo de productores que contaban con sofisticada tecnología, altos rendimientos y que pronto generaron cerca del cincuenta por ciento del volumen de leche a nivel nacional. Esto es, se empezó a constituir la industria lechera que actualmente conocemos, surgiendo un buen número de empresas pasteurizadoras como *Lala, Alpura, Estrella de Xalpa, Chipilo*, entre otras.

Un modo fácil de producir

La ganadería intensiva se fincó en un recurso técnico fácil, sustentándose principalmente en compras al exterior. Se traían vaquillas de California, de Wisconsin, de Toronto, se les alimentaba con alfalfa y concentrados y se producía leche fría, que era vendida al pasteurizador.

Producción Disminuye en la sequía

En México, el sistema de producción de leche presenta notables diferencias en su estructura, así como en la composición genética del hato, a la vez que la diversidad de los factores regionales es también muy amplia. En términos generales, se advierten diversos grados de tecnificación que van desde el tipo de producción rústica de autoconsumo hasta las altamente capitalizadas.

Estas últimas concentran la mayor parte de los bovinos de razas especializadas, que empero constituyen apenas el 17.6 por ciento del ganado lechero en el país, mientras que las razas criollas, cebús y cruzas con razas europeas, que componen el 82.4% del hato, se distribuyen en el resto de las unidades de producción.

Las explotaciones de leche se pueden agrupar en tres niveles, según el grado de intensificación productiva: el **estabulado**, el **semiestabulado** y el de **ordeña estacional o de libre pastoreo.**

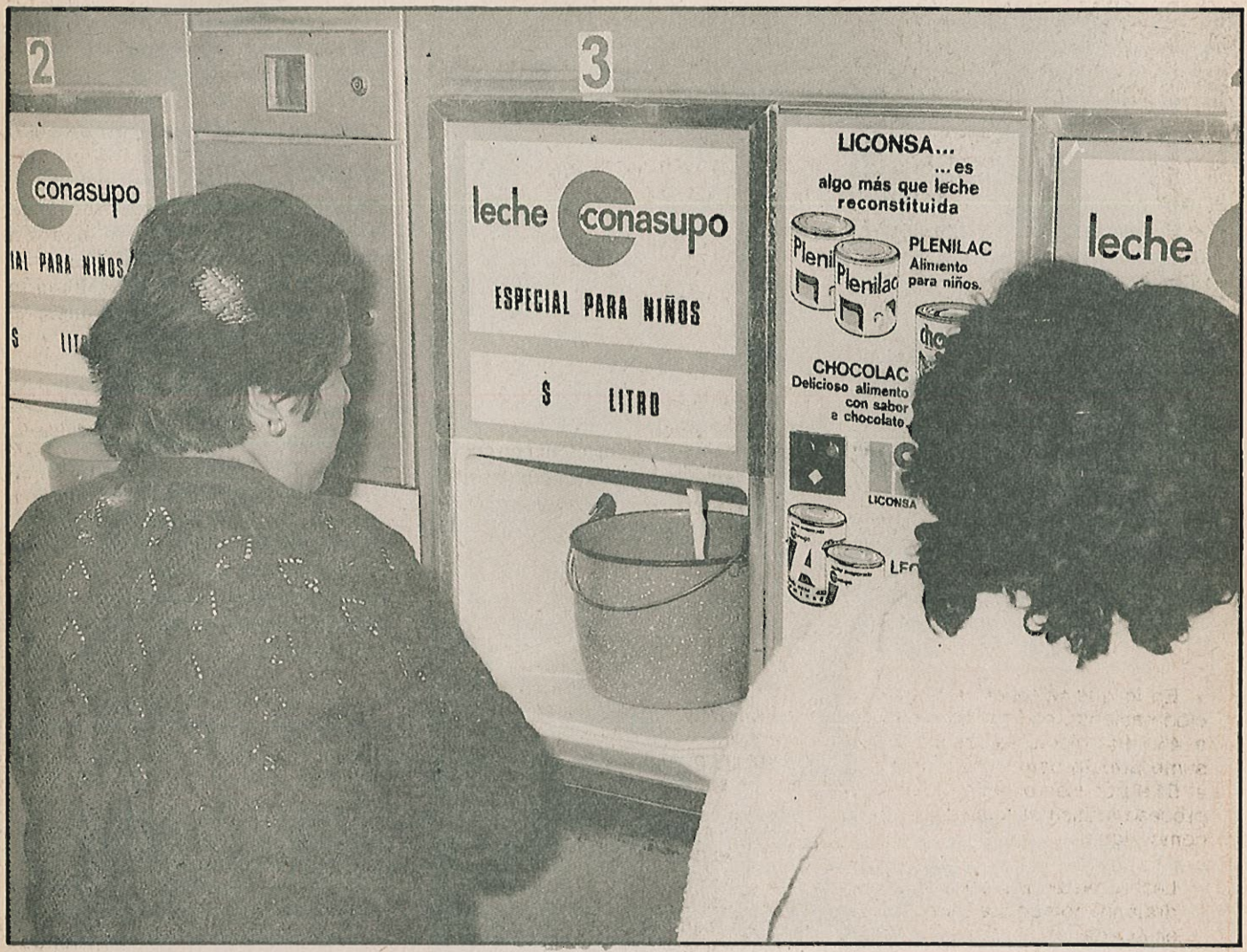
El sistema **estabulado o especializado** se ubica en la región central y en menor medida en algunos estados del norte del país. La producción se basa en el empleo de alimentos concentrados y forrajes de corte, la selección de razas, controles sanitarios, sofisticada tecnología, infraestructura de alta capitalización y mano de obra calificada. Todo ello redunda en altos índices de productividad y rendimiento. En 1981 concentró el 12.7 por ciento de la población de bovinos lecheros, generando el 58 por ciento de la producción nacional.

Los sistemas **semiestabulados** y de **libre pastoreo** se localizan en la mayor parte del territorio nacional, destacando los estados de Veracruz, Chiapas, Jalisco, Tabasco, Tamaulipas y Chihuahua. Se caracterizan por una producción de doble propósito, predominando en el hato las razas criollas, cebuínas y en menor medida, cruzas de éstos con razas europeas. Los niveles de productividad son bajos y la tecnología rudimentaria. La alimentación se basa principalmente en pastos naturales, complementándose en algunos casos con subproductos agrícolas.

La producción de leche tiene un carácter estacional: en la época de sequía desciende debido a la escasez de forrajes, mientras que en los meses de julio, agosto, septiembre y octubre se incrementa a niveles muy superiores.

En este caso, los indicadores reflejan un acentuado rezago tecnológico. El nivel de libre pastoreo produce sólo el 26 por ciento del total de la producción, mientras que concentra la mayor parte del ganado lechero, el 68 por ciento. En el nivel semiestabulado, aporta el 16 por ciento de la producción, y cuenta con el 19 por ciento del hato.

La mitad del total de la producción lechera se ubica en la parte centro del país, siendo Jalisco, México, Guanajuato, Michoacán y Puebla, los estados claves, localizándose en ellos la mayor parte de las explotaciones estabuladas. En el norte se origina el 28 por ciento del total nacional, destacando como principales productores Coahuila, Chihuahua y Durango. El 21 por ciento restante se ubica en el sur del país. En este caso, los estados de Veracruz y Chiapas generan más de la mitad de la producción regional. **(JFH)**



De tal manera, si se analiza la actividad lechera desde un punto de vista económico global, la industria era subsidiada por el resto de la sociedad, a través de las facilidades otorgadas a la importación.

La situación se dificulta a partir de los años ochenta, cuando aflora la crisis financiera. Las divisas elevan su precio, y al ritmo de ese fenómeno se encarecen los insumos adoptados en los sistemas intensivos. Por ejemplo, en el caso de la alimentación del ganado, que significa aproximadamente el setenta y cinco por ciento del costo de un litro de leche, aumenta sensiblemente el precio del concentrado y la alfalfa.

El modo de producir leche en forma tecnificada enfrenta entonces crecientes alzas en los costos de producción. Se suceden las continuas presiones para liberar el precio del producto.

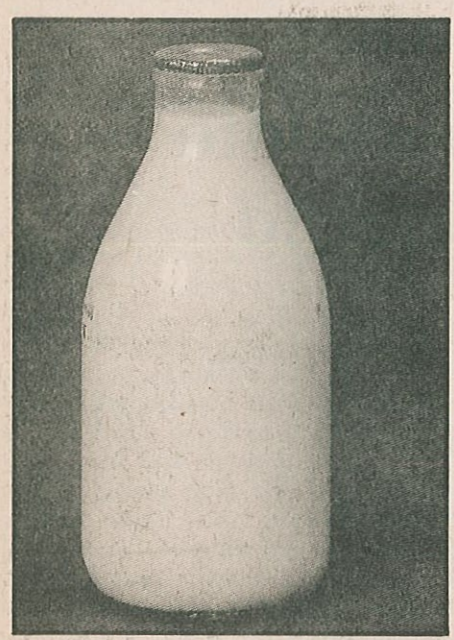
Se llega entonces a la situación actual, en la que se está consciente que no se puede seguir subsidiando a una industria que presenta altos grados de ineficiencia, acostumbrada a producir a costa de la salida de divisas.

En este sentido, de no consolidarse una ganadería con sistemas más adecuados y apegados a nuestros recursos, los altos costos de producción originados por la importación de tecnología, pies de cría, maquinaria y equipo, así como el uso de alimentos balanceados, no podrán ser abatidos.

Por su potencialidad en este renglón, debe dársele al sector social del campo —ejidatarios y pequeños productores— apoyo para que desarrolle la ganadería criolla. El impulso a la misma, y a los pequeños productores que la empleen, además de aumentar la oferta de leche a menor precio, elevaría la ocupación y los ingresos de importantes sectores de la población del campo.

Existen investigaciones en proceso, que muestran que mediante modificaciones relativamente fáciles de realizar en las formas de alimentación del ganado criollo, se lograrían aumentos muy importantes en la producción de leche por animal. Además, este ganado se ha adaptado, por generaciones, a las condiciones climáticas de nuestro país.

En la actualidad se estima que hay **6 millones de vacas** en México que, con mejores cuidados y alimentación proveniente de recursos existentes en el campo, podrían aumentar rápida-



mente la producción media por animal.

Adicionalmente, cabe mencionar que el país cuenta con experiencias de acopio y comercialización basadas en la organización y asistencia a pequeños productores rurales de leche; muestra de ello es el programa de apoyo en este rubro que a la fecha LICONSA lleva a cabo.

El problema de la leche es estructural, más que coyuntural, y mientras no se le ataque desde este enfoque el consumidor seguirá pagando las ineficiencias en la producción y comercialización de este alimento.

Por lo cual, quienes producen y venden el lácteo, deben tener en cuenta que —de no adecuar sus actuales sistemas de operación a la realidad del país—, el consumo de leche por habitante seguirá decreciendo proporcionalmente a la baja del poder adquisitivo de la población.

Toda acción que se lleve a cabo para abordar esta problemática deberá ser planeada en forma integral, no siendo suficiente sólo elaborar programas para aumentar la producción lechera, sino que paralelamente hay que fortalecer los mecanismos encaminados a asegurar un mínimo de consumo de leche, al menos para la población infantil, que es la que más requiere de este importante alimento.

Información recogida en una entrevista con el Ing. Prieto, Director de Producción de Leche Industrializada Conasupo (LICONSA), y elaboraciones propias del INCO a cargo de Juan de la Fuente Hernández.

Industrialización

La mayor parte es bronca

En lo que se refiere a la producción nacional total de leche de vaca, el 45.1 por ciento se destina al consumo directo como leche *bronca*, y el 54.9 por ciento restante sufre un proceso industrial que se distribuye como sigue:

Leche pasteurizada, rehidratada, homogeneizada y envasada	23.8%
Leche condensada, evaporada y en polvo	11.3%
Derivados lácteos: queso, crema, mantequilla, etcétera	19.8%

La industria procesadora de leche ha crecido de 1970 a 1980 a una tasa media anual del 5.6 por ciento, semejante a la observada en la economía en su conjunto. Con respecto al conjunto de las ramas manufactureras, en esta década la industria lechera se ubica entre las de crecimiento menor al promedio.

Un problema fundamental al que se enfrenta esta industria es la dificultad para lograr un suministro regular de materia prima. Esto se debe sobre todo a la estacionalidad con que se produce la leche (la producción se incrementa en época de lluvias).

Para enfrentar este aspecto y estabilizar el suministro, las grandes empresas —que controlan la mayor parte del procesamiento industrial— han desarrollado sistemas de integración con los productores.

El primer grado de integración es el que se da cuando el productor primario se vincula, a nivel de convenios, con las empresas transformadoras. Aquél se compromete a venderles la materia prima con las características previamente estipuladas, a cambio de que el industrial proporcione asistencia técnica y apoyo financiero. Tal es el caso de la *Compañía Nestlé*.

El segundo, se origina con la participación directa del productor primario en el proceso industrial y —en algunos casos— en la comercialización. De esta forma se diluyen los obstáculos de abastecimiento de materia prima a la planta y se elimina el intermediarismo. Las empresas que operan así son, entre otras, *Boreal, Alpura* y *Lala*.

En cuanto a la tecnología que emplean las diferentes ramas que procesan la leche, resalta el hecho de que las marcas y procesos patentados pertenecen principalmente a las grandes compañías extranjeras, que así tienen el monopolio sobre la producción de ciertos tipos de productos. El alto grado de trasnacionalización se convierte en una de las características principales de la industria. Caso típico es el de la empresa *Nestlé*, íntegramente extranjera, que produce la totalidad de la leche condensada que se ofrece en el mercado mexicano, el 97 por ciento de leche en polvo, y el 59 por ciento de leche maternizada. Por su parte, el Estado, a través de LICONSA, participa en el mercado de leche en polvo y maternizada.

Además, en los últimos años el Estado ha intervenido directamente en algunos procesos, principalmente en la pasteurización, centros de acopio y rehidratación, al tiempo que el capital extranjero se ha desplazado hacia la producción de derivados, como quesos, cremas, youghurts, etcétera.

La rama de derivados lácteos, quesos, crema y mantequilla, es la que ha mostrado mayor dinamismo dentro de la industria procesadora. La tasa de "crecimiento promedio anual del volumen de su producción, en el lapso considerado, ha sido de 8.2 por ciento, sensiblemente superior al promedio de la rama", según reafirma la *Coordinación General de Programas para Productos Básicos*, de la Presidencia de la República (JFH).

Doctor Héctor Bourges, del I.N.N.

"Hay que mantener el subsidio al maíz y al frijol, cueste lo que cueste"

Para el doctor Héctor Bourges, conocido investigador y directivo del *Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Zubirán*, la necesidad de mantener la disponibilidad de estos alimentos básicos no admite discusión. De ello dependen —sostiene— no sólo vida y salud de millones de personas sino la propia seguridad nacional. El especialista entiende que maíz y frijol deben fortalecerse como pilares de una dieta depurada de alimentos caros y enriquecida nutricionalmente por sustitutos de bajo costo. Sobre este tema y otros vinculados con la incidencia de la crisis en la nutrición de los mexicanos, conversamos con el doctor Bourges. He aquí la entrevista.

¿Cuál ha sido el impacto de la crisis económica en el panorama nutricional de nuestro país?

En primer lugar hay que considerar que desde **antes** de la crisis este panorama no era de ninguna manera favorable. Pese a importantes avances logrados en la economía (mejoras en los índices generales en la distribución del ingreso, educación, sanidad, etcétera) la desnutrición existe en México, por lo menos desde los tiempos de la conquista. Esta situación crónica, de siglos, que nos ubica más o menos al mismo nivel —en cuanto a este problema— que presentan países similares al nuestro (como Venezuela, Colombia, ciertas naciones avanzadas del Africa), constituye un problema del ambiente más general: hay problemas económicos, de distribución del ingreso, de dispersión poblacional... Y también de hábitos y prejuicios alimentarios muy importantes, que han estado ahí siempre y forman parte del modo de vivir del mexicano. Por eso no es fácil terminar con ellos.

"La crisis actúa sobre un cuadro crónico en el que la desnutrición existe desde los tiempos de la conquista"

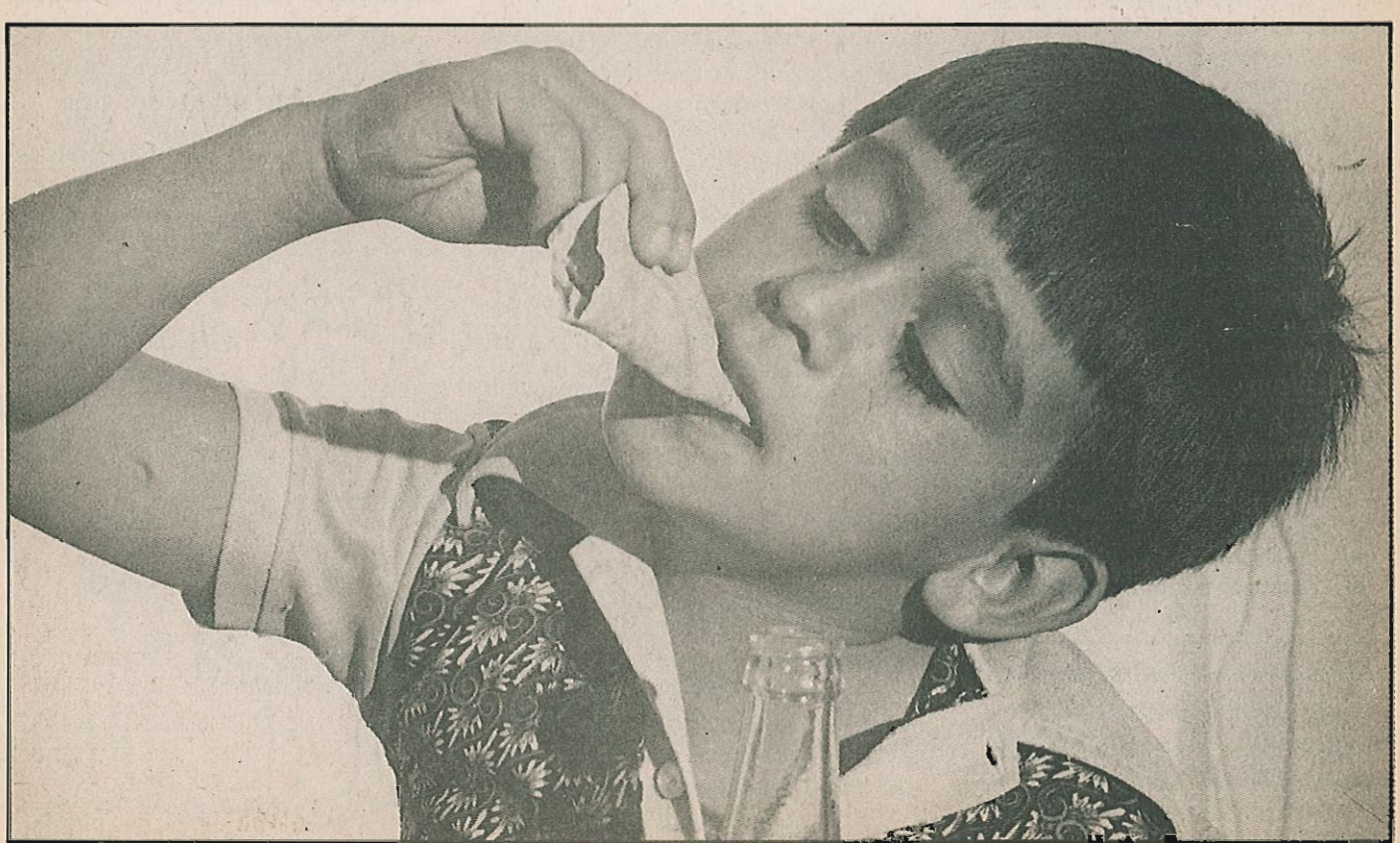
Es sobre este cuadro que actúa la crisis. En pocas palabras, se trata de que el país debe reducir los niveles de vida de su población para pagar la terrible deuda externa que enfrenta. Y pagar significa una sangría importante que se traduce en un empobrecimiento general, descenso del nivel de vida y menor acceso a los alimentos (algunos de los cuales, como es el caso de la carne, por estas fechas se alejan cada vez más de los consumidores). Este proceso, como es lógico, afecta sobre todo a los sectores que ya de por sí estaban más débiles.

¿Hay regiones más afectadas que otras?

Desafortunadamente se desconoce lo que está ocurriendo en cada una de las regiones del país, ya que no se han efectuado estudios especiales sobre los efectos de la crisis. De todos modos es posible que en algunos lugares el efecto sea algo más débil. Es el caso de cierto tipo de productores de alimentos del medio rural que obtienen varios productos, además de los de subsistencia. Quizá en este caso la crisis no haya incidido tanto sobre su alimentación, gracias a que cuentan con recursos propios que ellos mismos generan. Pero para aquellos mexicanos que deben adquirir al menos una parte de sus alimentos, o para los "consumidores netos" (como son quienes habitan en las áreas urbanas) el acceso a los alimentos es hoy menor.

¿Y en cuanto a los sectores sociales?

Los más afectados son los más pobres, los que dedicaban ya un porcentaje importante de su ingreso a la compra de alimentos. En esta cuestión existen patrones internacionales; por ejemplo, en los Estados Unidos se entiende que cuando una familia utiliza más del 25 o 30 por ciento de su



presupuesto en adquirir alimentos, está en riesgo de tener una alimentación defectuosa, que crece en la medida en que aumenta la proporción destinada a ese rubro. Y esto es así porque son muchas otras las necesidades que la familia debe cubrir.

Aunque en nuestro caso las cifras pueden no ser las mismas (aquí aún no se ha determinado), aceptemos que la población que percibe el salario mínimo — que de ningún modo es la que está en peor situación— dedica bastante más del 25 por ciento, probablemente entre el 45 y el 50 por ciento, a la compra de alimentos, lo que implica una seria dificultad para integrar una dieta adecuada. Por supuesto, existen además amplios sectores de la población cuya remuneración es inferior al mínimo, y contingentes de subocupados o desocupados. En estos casos la situación es más grave.

¿Cuál ha sido la repercusión en los sectores medios?

En los que perciben el salario mínimo, el efecto ha sido ya descrito. En las capas medias mejor remuneradas se produce otro fenómeno: en el proceso previo a la crisis se habían orientado hacia el consumo de alimentos muy caros, y es razonable suponer que ahora les cuesta trabajo abandonarlos. Es en este sector de la población donde en los últimos diez años se habían conformado hábitos de consumo indeseables, sobre los que tanto ha insistido el INCO; por ejemplo, varios productos hasta 15 o 20 veces más caros de lo que deberían costar (como los refrescos, botanas, etcétera) han ganado mucho terreno. Entiendo que entre los miembros de estos sectores se presenta una dificultad —y no un impedimento real— para acoplarse a los cambios que la situación exige.

Se han hecho algunos estudios —precisamente por parte del INCO— que hemos analizado. Según ellos, tomando como base una pequeña muestra del D.F., los consumidores sustituyeron alimentos de modo bastante razonable. Sin embargo, estas conclusiones no son extrapolables al conjunto de la población.

"Los más afectados son los más pobres, aquellos que dedicaban ya un porcentaje importante de su ingreso a la compra de alimentos"

Se habla mucho de las alternativas alimentarias. ¿Podría usted precisar en qué consisten y cómo hacerlas realidad?

Antes que nada quiero insistir en que esas alternativas son posibles. El encarecimiento de algunos productos no debería necesariamente alterar la nutrición, puesto que con los que han conservado precios accesibles, teóricamente es posible mantener una alimentación adecuada. Ningún producto es indispensable. La carne, por supuesto, no lo es; más aún, se trata de un elemento dispendioso, reemplazable por otros más baratos que aportan lo mismo. Si bien las alternativas alimentarias son múltiples (sin ir más allá de los básicos se podría lograr una alimentación adecuada sabiéndolos combinar y variar), el esquema de consumo de la población no es fácil de cambiar súbitamente. De ahí que ésta cometa errores al sustituir, y que no sepa cómo compensar el efecto de la crisis sobre la economía familiar.

La situación es compleja, pero inicialmente hay que determinar cuáles son los productos más susceptibles de encarecerse, y cuáles presentan mayor estabilidad. Entre los primeros hay que ubicar a la carne —debido a su sistema de producción— y también, en menor medida, la leche y sus derivados, y el huevo. Hay otros alimentos, de producción más extendida (y quizá más primitiva, pero por lo mismo poco ligada a fluctuaciones económicas) que son menos susceptibles a encarecerse. Es el caso del maíz y frijol.

En este punto habría que considerar otros problemas. Por un lado, en la medida que una parte de la producción de estos alimentos está subsidiada, la verdadera situación respecto de los precios no se conoce. De todos modos, si el subsidio se mantiene —y entiendo que es fundamental que así suceda— los mismos podrán continuar siendo accesibles. Por otra parte, el gobierno se ve obligado periódicamente a incrementar sus precios de garantía como estímulo a los campesinos. Lo que ocurre es que se trata de alimentos estratégicos y de ellos dependen no sólo salud y vida de millones de personas, sino la propia seguridad nacional, y hay que hacer todos los esfuerzos para asegurar su abasto.

La cifra destinada a subsidiar alimentos básicos asciende este año a unos 300 mil millones de pesos. O sea, que se dedican cerca de mil millones de pesos diarios para proteger el precio de la tortilla, en menor grado el del pan y hasta cierto punto el del frijol, aceite y azúcar. De estos subsidios, el único absolutamente innecesario es el del azúcar: se trata de un producto ineficiente, relativamente perjudicial para la población (aunque a ésta le guste) y que no debe ser protegido. Pero en cambio, el destinado a maíz, trigo y frijol no puede en modo alguno desaparecer. Menos aún en este momento, dada la previsible depresión de la economía que provocarán las medidas tomadas a raíz de la caída del precio del petróleo. En tal contexto, entiendo

"Con los productos que no se han encarecido, teóricamente es posible mantener una alimentación adecuada"

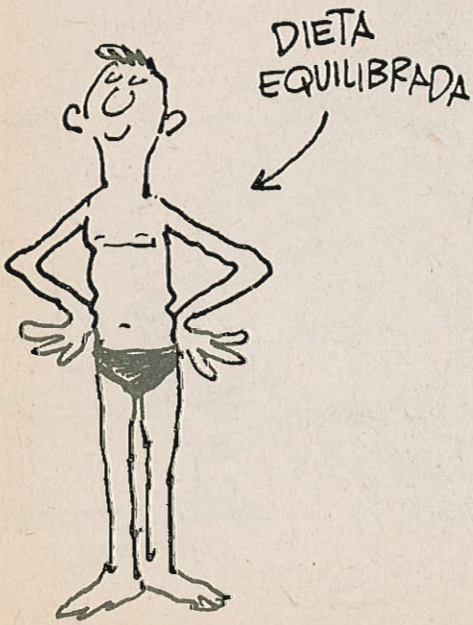
que la cuestión es vital. La estabilidad misma del sistema depende de que el Estado sea capaz de seguir subsidiando efectivamente a estos alimentos básicos.

Sobre la base de que estos alimentos básicos son los menos afectados por la crisis y contando con su disponibilidad, ¿qué cambios son aconsejables en la dieta para sustituir los alimentos que se encarecen?

Hay que tener un *cereal* básico. El maíz es, con gran ventaja, el más barato entre los que disponemos. Sigue ocupando el lugar más importante en la dieta nacional, pero en los últimos tiempos ha ido disminuyendo su participación. Creo que ésta debe aumentar y que el maíz tiene que retomar su antiguo puesto clave.

Como fuente de *proteína*, el frijol es la base. Se trata de una leguminosa sumamente eficiente: cada gramo de proteína de frijol es unas 20 veces más barato que cada gramo de proteína de carne.

"La estabilidad misma del sistema depende de que el Estado sea capaz de seguir subsidiando al maíz y frijol"



A estos dos productos —que tradicionalmente han sustentado la dieta nacional— hay que agregarles todas las *frutas y verduras* disponibles (y obtenidas a menor precio, según la estación). Esto se presta a una gran diversificación, sobre todo en el caso de las verduras: hay que incorporarlas generosamente a la dieta, tanto para aumentar su volumen como para complementar los alimentos.

"Cuando se obtenga algún producto de origen animal, conviene destinarlo a los niños y a las mujeres embarazadas y lactantes"

Los elementos mencionados constituyen lo básico, pero no sería conveniente que contáramos sólo con un cereal y una leguminosa. Entre los primeros hay que impulsar al trigo (que ya ha ganado su segundo lugar) y también al arroz, aunque es bastante más caro. Pero de todos modos son alternativas que deben manejarse en ese orden, favoreciendo su variación constante y buscando distintas presentaciones. A nivel de la cocina pueden hacerse maravillas con estas tres materias primas.

En el terreno de las leguminosas, la situación es más compleja porque aunque existen varias que se producen en cantidad y que son sabrosas (lentejas, garbanzos, habas, chícharos) su precio es bastante más alto que el del frijol. Sin embargo, cuando sea posible, hay que incorporarlas como alternativas.

Y, finalmente, es aconsejable no renunciar del todo a los productos de origen animal. Su presencia siempre será benéfica —dentro de ciertas cantidades— en la mesa familiar. Si no es posible tenerlos diariamente, quizá se les pueda adquirir cada dos días, cada tres, cada cuatro o, quizá, cada semana. Cuando así ocurra hay que destinarlos prioritariamente a los niños y a las mujeres embarazadas y lactantes, que son quienes más los necesitan.

"Es aconsejable ir implementando de manera ordenada los cambios en la dieta que, finalmente, de todos modos se van a producir"

Estos cambios en la alimentación van a ocurrir de todos modos. Mejor entonces, irlos encausando de una manera ordenada. Los platillos alternativos son innumerables. Basta con saber que 60 gramos de carne de res son sustituibles por 50 gramos de frijol, de alubias, habas, garbanzos de lentejas o chícharos, o también por 60 gramos de sardina, por dos salchichas, por dos huevos, por 30 gramos de queso... Hay más alternativas que las que uno imagina. Hace falta ponerse a pensar y manejar con imaginación y habilidad la técnica culinaria.

Finalmente, ¿cuáles serían, en una breve enumeración, las medidas gubernamentales requeridas por la actual situación en materia alimentaria?

Las siguientes:

- Mantener los subsidios a los básicos, cueste lo que cueste y tal como se ha señalado anteriormente.
- Dar facilidades a los productores para irse encaminando finalmente hacia la independencia alimentaria, hoy amenazada por las compras en el exterior de algunos productos, como es el caso del maíz.
- Corregir los cuellos de botella del sistema de intermediación y distribución que encarecen innecesariamente los productos.
- Implementar un sistema que garantice la existencia de un suministro suficiente de alimentos básicos a precios razonables en las distintas regiones del país. No hay campaña de nutrición que pueda funcionar si no hay disponibilidad de alimentos.
- Detectar y atender de inmediato los casos de desnutrición que se presenten, instalando sistemas de vigilancia.
- Continuar obras de infraestructura sanitaria que son imprescindibles. La sanidad y la nutrición van íntimamente ligadas.
- Educar a la población a través de indicaciones simples y fácilmente ejecutables.

Lila Pastoriza

Los capitalinos y los refrescos: ¿cuántos, por qué?

Cada vez se aumenta el consumo de productos alimenticios industrializados y bebidas embotelladas. El INCO verificó, en la Ciudad de México, la importancia que ha cobrado el popular "refresco" en el consumo familiar; adultos y niños interrogados, en absoluta mayoría, aceptan poseer el hábito de ingerir este producto por lo menos una vez al día, pese a que reconocen que perjudica al organismo.

Diversas razones intervienen en la preferencia del público hacia las bebidas embotelladas: disponibilidad y acceso para adquirirlas, comodidad, costumbre, sabor y ser sustituto del agua potable, entre otras.

Su consumo generalizado se basa, en realidad, en una eficaz infraestructura distributiva qué ofrece el producto en forma oportuna y suficiente en cualquier punto de venta del país; a esta infraestructura se suma el sólido apoyo de una incesante publicidad. El resultado es un hábito de consumo que desplaza alimentos nutritivos e imprescindibles en la dieta de los mexicanos.

La investigación de la Dirección Técnica del INCO para conocer **"Los hábitos de consumo de refrescos de la población adulta e infantil de la Ciudad de México"**, buscó proyectar la cantidad de personas, niños y adultos, que ingieren refrescos y cubrir otros objetivos: conocer con qué frecuencia lo hacen, detectar las preferencias por determinadas marcas, analizar la influencia de la publicidad en el consumo y ubicar los lugares en los que se acostumbra comprar estas bebidas.

Para ello se entrevistó a 600 padres de familia y 548 niños, distribuidos en distintos estratos sociales de acuerdo a sus diversos niveles de ingresos.

Foto: CARLOS MACIAS

A menos ingresos más "refrescos"

De los resultados de la investigación se desprende que cerca de 97 de cada cien adultos tienen el hábito de consumir refrescos, variando la frecuencia con que lo hacen de la siguiente manera: 37 de cada cien lo beben diariamente; 22 cada tercer día; 20 cada semana y sólo 16 lo hacen ocasionalmente. En cuanto a la población infantil, casi la totalidad de los niños entrevistados manifestó consumir periódicamente refrescos embotellados; sólo una pequeña proporción afirmó no tomarlos; se trata de una situación tan poco usual que el dato resulta escasamente significativo.

Más importante aún es que la mayoría de los niños (57 de cada cien) acostumbre ingerir un refresco diario, en tanto que 27 toman dos, 10 de cada cien hasta 3 y el cinco por ciento toma más de tres refrescos al día.

Un hecho destacable es que son los sectores de menores ingresos, tanto en adultos como en niños, los más proclives al consumo de refrescos, tendencia que disminuye, en consecuencia, a medida que la remuneración se incrementa.

Sabores para todos

Las principales razones por las cuales los consumidores entrevistados manifestaron tomar refrescos fueron el sabor, la comodidad, la costumbre, la influencia de la publicidad y "porque elimina la sed".

El sabor, que traducido en contenido significa saborizantes artificiales, constituyó la razón básica por la cual el 23.8 por ciento de los entrevistados adultos explicó su preferencia. El mismo motivo fue aducido por el

68.6 por ciento de la población infantil.

Para el 18.8 por ciento de los adultos, el criterio principal para adquirirlos fue determinado por la comodidad y el acceso fácil y oportuno a estos productos.

Pese a que los refrescos se han implantado en los hábitos de consumo de amplias capas de la población (acompañan la ingestión de los alimentos en buena parte de la población adulta que realiza sus comidas fuera de casa y muchas veces la comida infantil en el hogar) pocos atribuyen su preferencia a la costumbre: sólo 15 de cada cien adultos encuestados reconoció consumirlos por este motivo y uno de cada cien niños admitió que la costumbre era una causa importante.

Es dentro de los menores de edad donde la falta de agua potable fue mencionada como principal motivo del consumo entre un pequeño porcentaje de entrevistados, proporción que seguramente aumentaría en las zonas rurales. Por su parte, la influencia de la publicidad no fue casi reconocida: sólo lo hizo el uno por ciento de los adultos, lo cual denota una clara resistencia a aceptar dicha influencia.

Publicidad de marcas y riesgos para la salud

Sin embargo, una publicidad abundante condiciona en gran medida la selección de marcas efectuada por adultos y niños. Así, los entrevistados manifestaron preferir principalmente tres marcas: *Coca-Cola, Sidral Mundet* y *Pepsi Cola*, productos éstos que coinciden con las empresas que desembolsaron el mayor monto en concepto del gasto publicitario correspondiente al sector. Sobre cada cien entrevistados adultos 29 ya tienen preferencia por consumir *Coca-Cola*; más de 16 optan por el *Sidral* y 8 por la *Pepsi Cola*.

En cuanto a los niños, es preciso considerar que en su caso la publicidad persuasiva es fundamental, ya que su receptividad es alta. De ahí que sean un blanco propicio. Según la investigación del INCO, las compañías embotelladoras utilizan todos los medios, pero en especial la "tele", para inducir al niño a que consuma determinada marca de refrescos.

Los efectos se reflejan en las respuestas de los entrevistados: el 43 por ciento de los niños manifestó preferir la *Coca-Cola*; 27.3 por ciento el *Sidral Mundet* y 26.6 la *Pepsi Cola* y tan sólo el 3.1 por ciento expresó su inclinación por otras marcas.

Más aún, de los resultados de la investigación se desprende que de los anuncios de refrescos trasmitidos por la televisión, los más gustados por la población infantil fueron los de *Coca-Cola* (en el 77 por ciento) y los de *Pepsi Cola* (en un 19 por ciento).

Me hace daño pero ¡y qué!

Ante este importante consumo de refrescos embotellados se preguntó a los entrevistados acerca de sus posibles efectos negativos para la salud. La mayoría de las personas consultadas —niños y adultos— consideró que la ingestión continua de refrescos provoca daños en el organismo; sobre todo, se sostuvo que los ingredientes con los que son elaborados pueden ser tóxicos, que producen enfermedades gastrointestinales y caries dental, que carecen de nutrientes y de la higiene necesaria.

Por último, un aspecto que hay que resaltar es que pese a que los entrevistados son concientes del escaso valor nutricional del refresco, no por esto dejan de consumirlo. Más aún: también gustan de los jugos, de las aguas de frutas y del agua natural. No obstante, toman refrescos.

¡Aguas! Ahí viene el estiaje

Aunque no se preveen problemas serios en el suministro de agua durante la próxima temporada de seca o estiaje en el Distrito Federal, es necesario que el capitalino adopte medidas de racionamiento, porque su consumo actual continúa siendo desmedido, inequitativo y muy caro. Los especialistas pronostican que de persistir esta conducta, las fuentes convencionales de abastecimiento se agotarán más rápidamente, y la población recibirá para el año 2000 menos dotación del líquido.

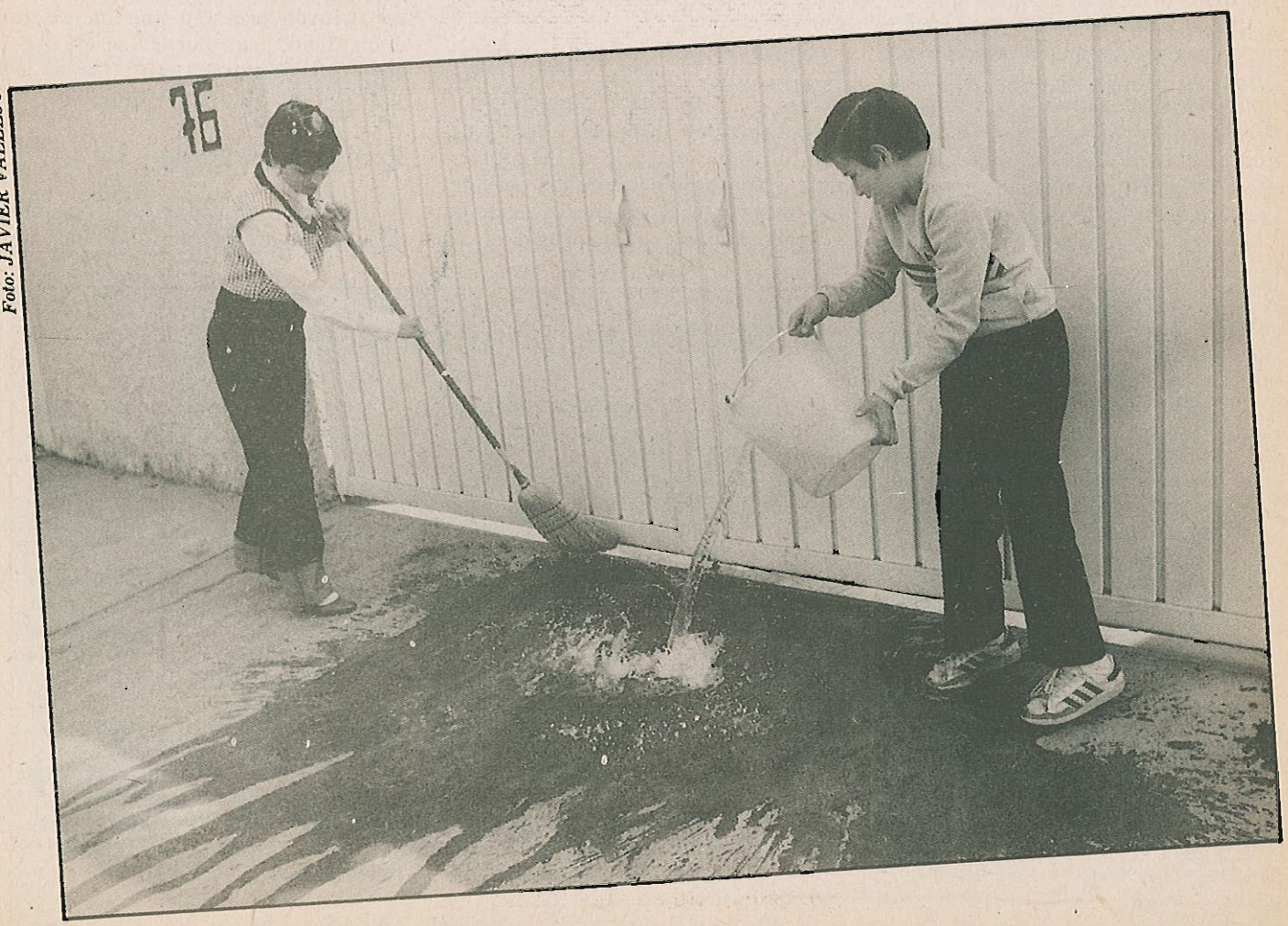


Foto: JAVIER VALLEJO

Simón Nizzan Rovero, Secretario de Obras Públicas del Departamento del Distrito Federal, informó que en el próximo periodo de estiaje no habrá escasez de agua, ya que a partir de marzo comenzarán a llegar a la ciudad dos metros cúbicos adicionales por segundo, provenientes del Río Cutzamala.

Con esto, las autoridades capitalinas pretenden no sólo incrementar el caudal, sino también lograr una distribución equitativa del líquido. Para ello, actualmente se construye la fase final del *Acueducto Periférico*, cuyo ramal sur permitirá repartir adecuadamente el agua en aquellas zonas donde existen deficiencias en el suministro. Además, la Secretaría de Obras Públicas anunció que cerrará algunos de los 307 pozos identificados, de donde también se conectan tomas clandestinas.

Como se sabe, cada año, de noviembre a abril, el país sufre lo que los campesinos llaman estiaje y que en términos generales es el periodo caracterizado por la ausencia de lluvias. En 1982 y 1983 México padeció temporadas de sequía particularmente severas que afectaron el abastecimiento de agua para uso doméstico, empleos industriales y agrícolas. Afortunadamente, el año pasado el volumen de lluvias fue prodigioso, y ahora el caudal de los ríos y el nivel de las presas es uno de los más altos de la historia reciente.

No obstante, esto no impedirá que en el DF y área metropolitana, al menos 400 mil personas o más padezcan escasez durante el estiaje, porque el servicio de distribución de agua potable aún es insuficiente. Para ellos está previsto un sistema de abastecimiento por medio de pipas, organizado por las delegaciones políticas.

Los que tienen no la cuidan

Actualmente la Ciudad de México recibe 45 metros cúbicos de agua por segundo, 70 por ciento de los cuales es para uso doméstico (y beneficia a 1.9 millones de viviendas), 10.4 por ciento para comercios (180 mil establecimientos), 13.4 por ciento para servicios, y 6.2 por ciento para la industria (30 mil fábricas).

Según cifras de la *Dirección General de Construcción y Operación Hidráulica* del DDF (DGCyOH), cada capitalino dispone en teoría de 360 litros diarios de agua. En la práctica, el consumo depende del nivel de ingresos y de las características de la vivienda, porque en las zonas residenciales muchas casas tienen cisternas que les permiten almacenar grandes cantidades del líquido y por ende consumir hasta mil litros diarios, en tanto que en algunas colonias populares la dotación no supera los 40 litros.

El consumo desmedido se debe principalmente a malos hábitos en el manejo de la regadera, cuando se deja correr el chorro en espera de que se caliente el agua, o al diseño inadecuado de los inodoros, que emplean de 25 a 30 litros de agua para evacuarse. Tan sólo por estos dos conceptos, la DGCyOH calcula que se desperdician 4,500 litros de agua por segundo. Asimismo, averías y filtraciones en los conductos de distribución ocasionan que el 30 por ciento del agua destinada a uso doméstico se pierda, de acuerdo con estimaciones de la *Comisión de Aguas del Valle de México* (CAVM).

Por otra parte, los cientos de pozos clandestinos detectados en la ciudad constituyen también una fuente de desperdicio, pues quienes se aprovechan de ellos extraen constantemente grandes cantidades del líquido.

Pero la pagarán muy cara

Respecto a las cifras del consumo de agua en la zona metropolitana, un

Decálogo contra despilfarradores

El Departamento del Distrito Federal recuerda a la población que, si bien el abasto del líquido está garantizado en el próximo estiaje, para los años venideros el suministro suficiente dependerá de la cantidad que hoy ahorremos. A fin de contribuir a ello, recordamos algunas recomendaciones para evitar el despilfarro, elaboradas por el Departamento de Ingeniería del INCO:

- No exceder en más de cinco minutos el baño diario.
- Aprovechar cuando sea posible la oportunidad de bañar simultáneamente más de un niño.
- Cerrar la llave en tanto se enjabona y abrirla únicamente para un humedecimiento previo y un enjuague final.
- Utilizar un vaso lleno de agua para el aseo bucal y no mantener la llave abierta.
- Reducir el agua que emplea el tanque del inodoro con la introducción dentro del mismo de un objeto sólido no oxidable, como por ejemplo un tabique o una botella o bolsa de plástico llena de agua. Con esta medida se ahorra un volumen equivalente al del objeto introducido.
- Arreglar oportunamente las llaves, de modo que no se fugue el agua por empaques o el cierre. Vigilar constantemente el sello adecuado de las válvulas del flotador del inodoro y del tinaco.
- Captar en una cubeta —y utilizarla posteriormente— el agua que se deja salir de la regadera en tanto se calienta.
- Emplear en el aseo de trastos el agua del enjuague de las pieza de menor tamaño para remojar los mayores. Enjabonar rápidamente todos los trastos posibles de una sola vez y cerrar el grifo hasta tener otro lote de trastos que lavar.
- No lavar el automóvil a cubetazos. Una jerga húmeda es suficiente. Hay que tener en cuenta que el exceso de agua oxida las partes interiores del carro.
- Utilizar la cubeta y el trapeador para la limpieza de pisos y patios y no el chorro de la manguera.
- Finalmente, tenga presente que al usar la lavadora ésta tenga la suficiente carga de ropa y, si es de programa, cerciórese que se aplique el más corto.

Foto: JAVIER VALLEJO

estudio del *Departamento de Desarrollo Urbano y Ecología* de la Secretaría de Programación y Presupuesto, afirma que las delegaciones con los índices más altos de consumo son Cuauhtémoc, Gustavo A. Madero, Azcapotzalco, Naucalpan, Benito Juárez, Miguel Hidalgo y Tlalnepantla, esta última con un total de 3.293 metros cúbicos por segundo. Según el estudio, Cuauhtémoc es la delegación que presenta más variedad de usuarios, pero predominan comercios y servicios.

Las zonas de la Ciudad de México y área metropolitana que consumen agua para uso doméstico arriba del promedio son Tláhuac, Magdalena Contreras, Cuajimalpa, Milpa Alta, Nezahualcóyotl, Atizapan, Alvaro Obregón, Coacalco, Tlalpan, Iztacalco, Xochimilco, Ixtapalapa y Naucalpan.

Para desalentar este consumo excesivo y frecuentemente innecesario, el poder legislativo aprobó el año pasado modificaciones a la **Ley de Hacienda del Departamento del Distrito Federal**, que autorizan a esta dependencia a incrementar sustancialmente las cuotas por servicios de agua. En la actualidad, las tarifas a pagar por el usuario dependen del diámetro del tubo de entrada a la toma. Así, para las tomas con tubos de menos de 13 milímetros, la cuota bimestral es de 900 pesos; para la de más de 13 y hasta 15 milímetros, 13 mil 500 pesos; de 15 a 19 milímetros, 22 mil 500 pesos; 19 a 26 milímetros, 43 mil 500 pesos, continuando la progresión hasta llegar a los tubos de 300 milímetros en adelante, que pagan 7 millones de pesos al bimestre.

Las modificaciones al artículo cuarto de la **Ley de Hacienda** establecen también que las tarifas se incrementarán progresivamente durante 1985, pero que las cuotas correspondientes a las tomas con diámetro de tubo de entrada de hasta 13 milímetros, se reducirán en un 50 por ciento cuando se trate de casas-habitación cuyo valor catastral no exceda de ocho veces el salario mínimo general anual de la zona económica a que corresponde el DF.

Asimismo, la citada ley aclara que se impondrán multas de millón y medio de pesos a quien sea sorprendido empleando mecanismos para succionar agua de las tuberías de distribución, sin el permiso de la autoridad competente.

Estas medidas son necesarias para concientizar a la población sobre la necesidad de racionalizar el uso del vital líquido, en el entendido de que en los próximos años el suministro suficiente y oportuno será más difícil de garantizar si continúan los patrones actuales de consumo.

Futuro reseco

El incremento demográfico, la demanda creciente de agua para la agricultura, el desequilibrio hidrológico causado por la pérdida de bosques, la erosión, las descargas industriales y el uso creciente de detergentes y plaguicidas, provocarán en el futuro que las necesidades de agua vayan en aumento. La CAVM estima que para 1988 la ciudad de México requerirá de 75 metros cúbicos por segundo para asegurar el suministro, mientras que para el año 2000 se necesitarán 88 metros cúbicos si la población es de 20 millones, y 119 metros cúbicos si asciende a 29 millones.

Lo sombrío de este pronóstico es que para entonces las fuentes convencionales de abastecimiento probablemente estén sobreexplotadas y, si no lo están, traer un metro cúbico de agua adicional a los que actualmente recibe la ciudad costará mil 400 millones de pesos a precios de 1983.

Hernán Casares Cámara

Semana Mayor:

¡Si quiere vacaciones, prepárelas ya!

Aunque parezca que ya no hay sitios donde pasar unos días de recreación y descanso, aún quedan posibilidades que no deshacen el presupuesto, pero que exigen su tiempo: hay que planearlas, estudiarlas con anticipación. En el país existen zonas con tarifas hoteleras notoriamente más baratas que las de otras, programas económicos de la Secretaría de Turismo y, para quienes prefieran algo más deportivo, centenares de sitios donde acampar, albergues y cabañas.

Las zonas baratas... y las otras

La Secretaría de Turismo ha divido al país en siete zonas, de acuerdo a las tarifas hoteleras fijadas para cada una de ellas. La clasificación merece ser tomada en cuenta, ya que permite elegir lugares al alcance del bolsillo. Las diferencias de precios, entre las zonas de precios más elevados y las más económicas, son notorias. En la región más barata, que comprende los estados de Aguascalientes, Durango, Hidalgo, México, Puebla, Querétaro, San Luis Potosí, Tlaxcala y Zacatecas (y parte de muchos otros, tal como puede observarse en el cuadro adjunto) los precios establecidos por una noche oscilan entre 950 y 1,440 pesos para habitación doble en hospedajes de una estrella, y entre 2,650 y 4,200 pesos en los de tres estrellas. Mientras tanto, el área más cara (que incluye Acapulco, Cancún, Cozumel, Ixtapa-Zihuatanejo, Puerto Vallarta y otros sitios) presenta para las mismas categorías precios mucho más altos: un hotel de una estrella cuesta entre 1,400 y 2,250 pesos, y uno de tres varía de 4,100 a 6,600 pesos.

A esta zona, la No. 2 para la SECTUR, le sigue la No. 3, que también incluye lugares turísticos codiciados, como Isla Mujeres, San Blas, Puerto Escondido, Taxco y Oaxaca, entre otros. Allí las tarifas son algo más bajas que en la anterior, pero se mantienen elevadas. Los precios de hospedajes de una a tres estrellas van de 1,200 a 5,500 pesos.

Un lugar intermedio es el correspondiente a las zonas No. 4 y No. 6, a las que pertenecen sitios tan atractivos como Veracruz, Villahermosa, Salina Cruz, Baja California Norte y la franja fronteriza. Los precios son similares a los de la zona No. 3, pero un poco más reducidos.

El grupo notoriamente más económico es el de las zonas números 1, 5 y 7, y el menor costo se acentúa según ese orden. La No. 1 incluye las ciudades de México, Guadalajara y Monterrey. La No. 5 —que comprende, entre otros, a los estados de Guanajuato, Morelos y Chiapas— es altamente conveniente. Tiene lugares de gran interés y es posible alojarse en un buen hotel de dos estrellas pagando 2,000 pesos en habitación doble. La zona No. 7, que aventaja a todas en precios reducidos, ofrece gran cantidad de sitios propios para unas agradables vacaciones.

Una vez elegida la zona, conviene estudiar el panorama hotelero y hacer las correspondientes reservaciones. La SECTUR ha editado recientemente un *"Directorio de hospedaje de bajo costo"* que incluye, además de numerosos datos de interés, la lista de hoteles de una a tres estrellas de las 32 entidades federativas. Allí se brinda toda la información necesaria sobre los establecimientos, proporcionando dirección y teléfono de los mismos.

Los VTH y VHD: ¿y el ahorro?

Hace poco tiempo, la SECTUR anunció un plan de vacaciones "supereconómicas" con paquetes turísticos que instrumentaban el viaje por carretera. Uno de ellos es el *VTH (Viaje Terrestre Hotel)* que incluye el boleto redondo en autobús de primera clase, el hospedaje por tres o dos noches en hoteles de una a cinco estrellas y un pase de descuento para algunos comercios y servicios. El otro, llamado *VHD (Viaje Hotel Desayuno)* incluye el mismo sistema de hospedaje que el anterior, desayuno diario por persona y el mencionado pase de descuento.

El programa —vigente entre el 16 de diciembre de 1984 y el 30 de abril de este año— provocó gran expectativa, sobre todo porque prometía un 40 por ciento de ahorro. Lamentablemente, la Revista del Consumidor recibió las quejas de algunos consumidores que utilizaron los paquetes, llegando a la conclusión de que tal ahorro no existía y que en ciertos casos, incluso resultaban más caros.

Una investigación realizada por nuestros reporteros (aunque parcial, ya que se limitó a un sitio en particular) corroboró en buena medida lo denunciado por los lectores. Dos personas utilizaron el *VDH* para pasar dos noches en Guanajuato. En el hotel

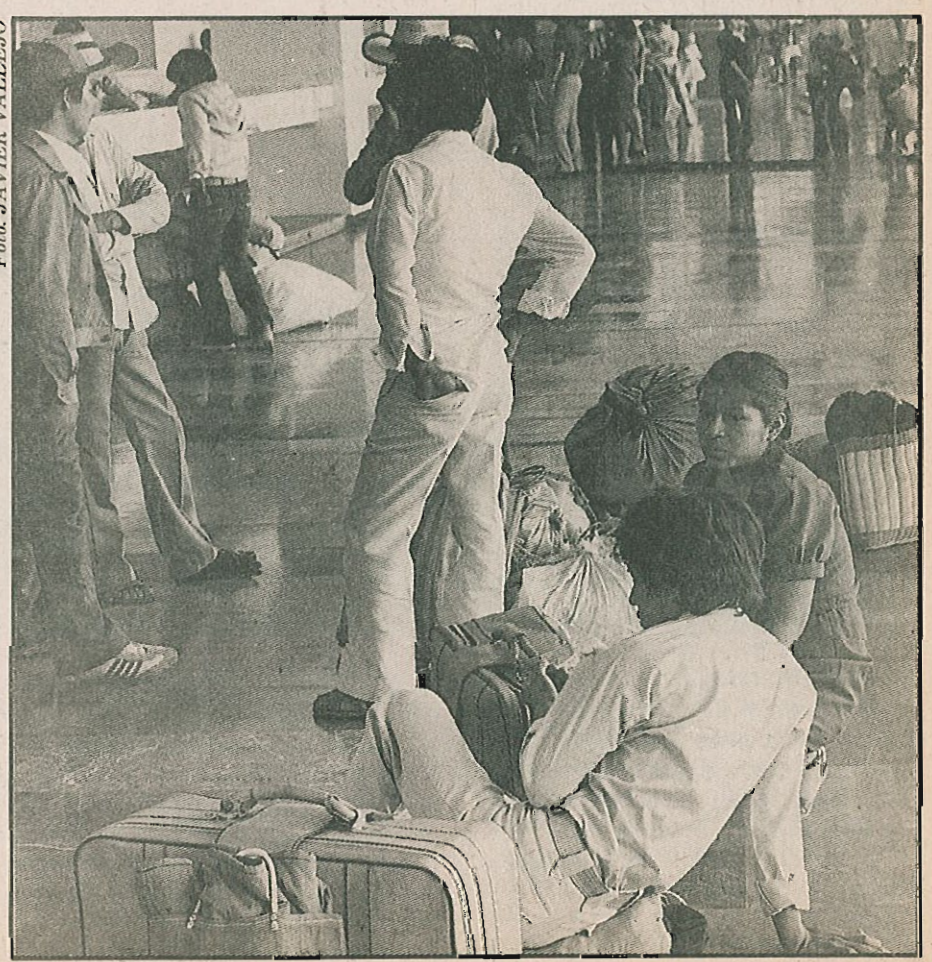


Foto: JAVIER VALLEJO

elegido (de tres estrellas y tarifa intermedia) les costó 9,530 pesos. Si no hubieran usado el paquete el gasto habría sido prácticamente el mismo: $9,360.00. Los reporteros hicieron el cálculo correspondiente al *VTH* (que incluye el transporte terrestre) y la diferencia en contra del paquete aumentó: mientras éste costaba $13,416.00, el viaje "tradicional" salía $11,960.00. De todos modos, en algunos casos sí había ventajas: si se elegían los hoteles más caros de cada categoría, utilizar el paquete representaba un pequeño ahorro. Es probable que en otras zonas las conclusiones no sean las mismas. No obstante, en caso de utilizar paquetes es aconsejable averiguar previamente las tarifas hoteleras.

Más allá de tales inconvenientes, el programa mencionado puede ser una alternativa económica para el caso de Semana Santa, ya que no es imposible que los sitios de hospedaje eleven sus precios con o sin autorización oficial.

Los *VTH* y los *VHD* no sólo ofrecen en este caso la ventaja de su precio fijo sino que resuelven (con la reservación anticipada) los problemas que crea la saturación imperante por estas fechas, y que con frecuencia hace elevar considerablemente los costos.

Con la tienda a cuestas

Son muchos quienes no cambian el más rutilante de los hoteles de cinco estrellas por un buen sitio para acampar, hacer el fuego y disfrutar del aire puro. Pero además de los fanáticos del campismo, existen también aquéllos que recorren el país con sus remolques, y los que aún sin vehículo propio optan por alojarse en cabañas, albergues o en la tienda que suelen llevar a cuestas. Para todos ellos, México ofrece facilidades que con frecuencia son desconocidas y que permiten ahorrar muchos pesos.

¿Sabía usted que en Cuernavaca hay un campamento (el *Lomas Pinar*) con 18 cabañas, comedor para 250 niños, juegos, alberca, etcétera, y un albergue (el *Morelos*) con 49 camas, baños integrados a los dormitorios, comedor y otras ventajas? ¿Y que en Tequisquiapan, a poca distancia del D.F., el campamento *Termas del Rey* le ofrece manantiales de aguas termales, restaurante, juegos para niños y un espacio para ubicarse en plena naturaleza? El "*Directorio de albergues, cabañas, campamentos y campos para remolques*", editado también por SECTUR, es una guía indispensable para este tipo de turismo.

Como se puede observar, hay aún posibilidad de tomar unas pequeñas vacaciones a precios no tan disparatados. Por supuesto, las opciones no se agotan en las aquí mencionadas. Existen muchas otras, adaptables a cada presupuesto. Pero todas presentan un requisito ineludible: hay que pensarlas con anticipación. Si la Semana Mayor lo encuentra desprevenido, lo mejor es quedarse en la casa. Un viaje apresurado sólo servirá para regresar en estado de total agotamiento y, además, sin un peso.

Zonas de tarifas de alojamiento*

ZONA 1 (Barata)

México, D.F.
Guadalajara, Jal.
Monterrey, N.L.
y sus zonas metropolitanas.

ZONA 2 (Muy cara)

Acapulco, Gro.
Cancún, Q.R.
Cozumel, Q.R.
Ixtapa Zihuatanejo, Gro.
Puerto Vallarta, Jal.
Mazatlán, Sin.
Los Cabos, B.C.S
Loreto Nopolo, B.C.S.
Manzanillo, Col.

ZONA 3 (Cara)

Isla Mujeres, Q.R.
Bahía Kino, Son.
Bahía San Carlos, Son.
Guaymas, Son.
San Blas, Nay.
Puerto Escondido, Oax.
Puerto Angel, Oax.
Barra de Navidad, Jal.
Careyes, Jal.
Mérida, Yuc.
Oaxaca, Oax.
Taxco, Gro.

ZONA 4 (Regular)

Altamirano, Tamps.
Cd. Madero-Tampico, Tamps.
Cd. del Carmen, Camp.
Coatzacoalcos-Minatitlán, Ver.
Poza Rica, Ver.
Veracruz, Ver.
Lázaro Cárdenas, Mich.
Villahermosa, Tab.
Salina Cruz, Oax.

ZONA 5 (Barata)

Resto del Edo. de Campeche.
Resto del Edo. de Michoacán.
Resto del Edo. de Veracruz.
Edo. de Guanajuato.
Edo. de Morelos.
Resto del Edo. de Oaxaca.
Resto del Edo. de Yucatán.
Edo. de Chiapas.

ZONA 6 (Regular)

Edo. de Baja California Norte.
Resto del Edo. de B.C.S.
Franja Fronteriza de los Edos:

- Sonora
- Chihuahua
- Coahuila
- Nuevo León
- Nuevo León
- Tamaulipas

ZONA 7 (Muy barata)

Resto del País:
Estado de Aguascalientes.
Resto del Estado de Coahuila.
Resto del Estado de Colima.
Resto del Estado de Chihuahua.
Estado de Durango.
Resto del Estado de Guerrero.
Estado de Hidalgo.
Resto del Estado de Jalisco.
Estado de México.
Resto del Estado de Nayarit.
Resto del Estado de Nuevo León.
Estado de Puebla.
Estado de Querétaro.
Resto del Estado de Q. Roo.
Estado de San Luis Potosí.
Resto del Estado de Sinaloa.
Resto del Estado de Sonora.
Resto del Estado de Tabasco.
Resto del Estado de Tamaulipas.
Estado de Tlaxcala.
Estado de Zacatecas.

*Clasificación de SECTUR.

Para el periodo de asueto

¿Qué tal si redescubrimos la Ciudad de México?

Si hay qué hacer los fines de semana, en vacaciones o en los llamados "puentes", en una ciudad como la de México, que tiene seis siglos de historia

Foto: FERNANDO ROJAS

Son tantas las cosas para ver, que nos ocuparía todos los fines de semana, puentes y vacaciones de algunos años; empero existen varias publicaciones que orientan adecuadamente, por ejemplo acerca de las 33 rutas más populares *en el valle de México.*

Quizá pensemos que las mismas son muy caras o exclusivas para turistas extranjeros. Erróneo. Son, sin duda, mejores opciones que quedarnos en casa, perder el tiempo o incluso aburrirnos.

Algunas recomendaciones pueden servirle: la primera es obtener el folleto de las 33 rutas elaborado por el D.D.F. Se puede lograr gratuitamente en los módulos de información de la Secretaría de Turismo; uno de ellos se encuentra en la Avenida Juárez Número 92 del centro de la ciudad, otro en Presidente Mazarik 172 Colonia Polanco.

Existen más publicaciones para orientar en estos recorridos: mapas, folletos, y otras, que se conocen como *"Una aventura a tu alcance en el..."* Estado que se prefiera.

De tales recorridos dos (11 y 12) destacan: la Catedral Metropolitana y el Templo Mayor. Para entenderlas

cabalmente es necesario saber de la fundación de la ciudad de México. Una de las referencias a ella es la *Crónica Mexicáyotl*, que fue hecha en náhuatl por don Fernando Alvarado Tezozómoc, nieto de Moctezuma, en la primera mitad del siglo XVI.

Fundación de la ciudad de México

Es el año de 1325 —*AÑO 2-CASA*— el más reconocido como el de la fundación de la gran ciudad *México Tenochtitlán. Esta se atribuye a Ténoch*, guía-sacerdote y jefe militar de los aztecas, grupo también conocido como mexica. Fueron los primeros pobladores del islote que se encontraba en el gran lago de *Texcoco*, aquí en el Valle de México, donde hoy se localiza el *Zócalo*, lugar donde encontraron —según la leyenda— el águila posada sobre la planta de nopal devorando una serpiente.

En este mismo lugar donde se encuentra el *Zócalo*, existió un inmenso recinto ceremonial y político de más de 500 metros por lado. Ahí se construyeron templos y palacios, como el gran *Teócalli* (Templo Mayor) y los palacios de *Axayácatl* y el de *Moctezuma*, que gobernaron México en diferentes épocas.

Templo Mayor

El gran templo de los mexicas, centro de la fuerza espiritual y política del pueblo que hace menos de quinientos años dominaba México. Parecería improbable que la localización exacta de esa estructura imponente pudiera borrarse de la memoria en un tiempo tan corto. Pero así fue. Hasta que, hace cuatro años, el azar hizo que se encontrara, y que en excavaciones subsecuentes se confirmaron las suposiciones sustentadas por los arqueólogos.

El asedio de tres meses sostenido por los conquistadores sobre la capital mexica en 1521, redujo a escombros la ciudad insular y su centro ceremonial. Y así fue destruida esa inmensa base piramidal de más de cincuenta metros de altura, coronada por dos templos, uno dedicado a *Huitzilopóchtli*, dios tribal y de la guerra, y el otro a *Tláloc*, dios de la lluvia y la agricultura.

Pasaron casi tres siglos y las reliquias de la herencia azteca yacían enterradas en el corazón de la nueva ciudad. En 1790 fueron hechos en la Plaza Mayor dos descubrimientos de gran magnitud: el monolito que representa a la *Coatlicue*, la madre de los dioses, la de la falda de serpientes, y el *Calendario Azteca* o *Piedra del Sol*.

En 1913-1914 las primeras estructuras correspondientes al *Templo Mayor* fueron desenterradas: pisos pavimentados, una cabeza de serpiente y un enorme bracero. Fue insta-

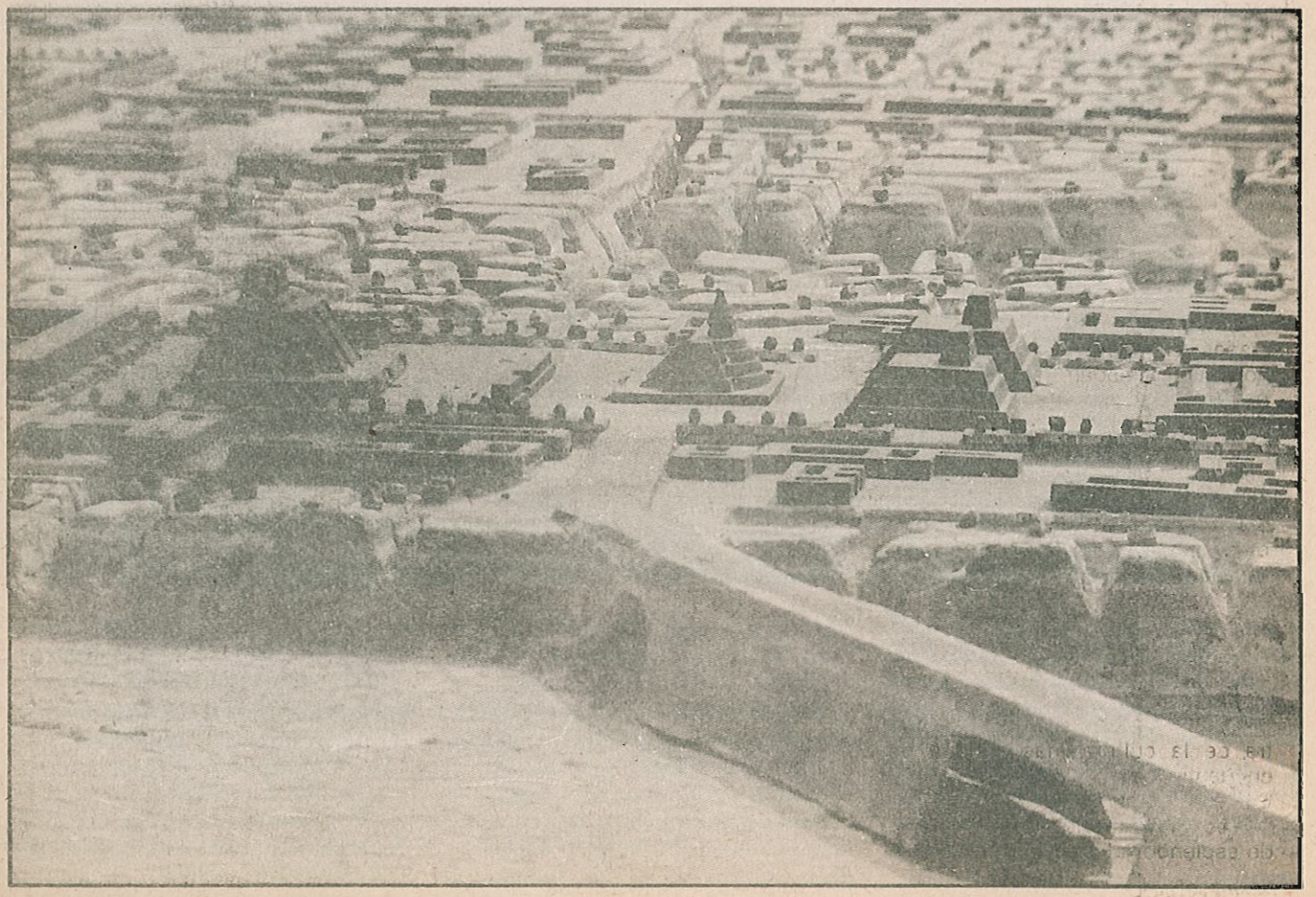


Foto: FERNANDO ROJAS

lado un pequeño museo que con el tiempo se convirtió en el Museo de Arqueología, antecesor del Museo Nacional de Antropología y se delimitó el área explorada, sobre la calle de Guatemala esquina con la calle del Seminario.

Además del *Templo Mayor*, se ha logrado rescatar el *Templo Rojo*, que se encuentra en el lado sur del recinto y el *Templo de las Aguilas*, que se ubica en el límite norte.

Esta visita nos podría iniciar en la fascinante costumbre de visitar verdaderas y pretéritas ciudades, restos de las cuales, de hasta cuatro mil años de antigüedad, existen en múltiples y diversos lugares del país.

La Catedral Metropolitana

Se localiza en la parte norte de la *Plaza de la Constitución (Zócalo)*. En 1525 se inició la construcción de la primera Catedral, dedicada a la Asunción de la Virgen María. Se consideró demasiado pobre para la ciudad capital de la Nueva España, y se sustituyó por otra más ostentosa, con un proyecto de construcción de siete naves. Este edificio fue destruido parcialmente por un incendio en 1573, y se decidió reiniciar las tareas de acuerdo al plano de Claudio de Arciniega, mismo que había sido propuesto desde 1567.

La actual *Catedral Metropolitana*, construida de acuerdo a dicho plano, es de tres naves, de tipo basilical. El arquitecto que terminó el proyecto fue don Manuel Tolsá, el que le dio su actual aspecto de esbeltez, al diseñar la bóveda y el cupulín sobre ella, las torres y el cubo del reloj, donde se encuentran tres grandes esculturas del mismo artista.

La fachada es de severo estilo herreriano —renacentista— en su primer nivel, y representa la forma arquitectónica propia del siglo XVI; en el segundo nivel domina el barroco, de moda en el siglo XVII, y el tercer nivel es neoclásico, abarca las torres y la cúpula dándole mayor altura y belleza.

Destacan por su belleza y estilo el altar de los Reyes, hecho de madera tallada y laminado en oro, de estilo **churrigueresco**, desarrollado por Juan de Churriguera en el siglo XVIII; el altar de la Virgen del Perdón, de estilo barroco rico, recientemente reconstruido por haber sido dañado por un incendio en 1967, oportunidad también en la que sufrieron daños el órgano monumental y la sillería del coro, igualmente reconstruídos. El altar principal es el más modesto, de estilo neoclásico, contrastando muchísimo con la riqueza del antiguo ciprés que le antecedió. También resaltan por su belleza las capillas laterales; en número de catorce, representan los mejores ejemplos de los tres tipos de barroco: sobrio, rico y exuberante; muestra especial de este último lo tenemos en la belleza de la capilla dedicada a San Pedro.

Junto a la Catedral se encuentra la *Parroquia del Sagrario*, edificio del siglo XVII también de estilo churrigueresco, de gran belleza y magnitud. Disfrútelos.

Adolfo Palma Soto

Otra Ruta

4000 años de esplendor indígena

Esta es una ruta que se recomienda seguir en cuatro etapas, en cuatro días diferentes en sesiones de seis horas aproximadamente. El itinerario sigue cronológicamente la aparición de las civilizaciones que florecieron en esta región, la del altiplano.

Las "Pirámides" o recintos ceremoniales, nos demuestran el avance logrado por las culturas nativas en astronomía, construcción, sistemas de medición, organización social y política, lenguaje, religión y muchos otros conocimientos que son necesarios para formar verdaderas civilizaciones.

Pasaron miles de años antes de descubrir el ciclo biológico de la planta del maíz, 7000 años antes de Cristo ya vivían en pequeñas villas agrícolas y su economía se fundamentaba en el cultivo del maíz, frijol y calabaza. Así, empezaron a florecer estas grandes civilizaciones:

Cuicuilco. 2500 años a.C. a 1700 años a.C. Una muestra de la cultura más antigua de toda América. Se encuentra aquí en el sur del valle de México. Periférico Sur esquina con Avenida Insurgentes Sur.

Teotihuacán. 300 años a.C. a 700 años d.C. Mil años de esplendor allá en el valle de Teotihuacán, la cultura más avanzada, el apogeo de la sabiduría y la convivencia, la cultura clásica. Las pirámides están al norte del valle, a 51 kilómetros de la ciudad de México, a 2 kilómetros del pueblo de San Juan, Estado de México.

Tula. 1100 años d.C. a 1250 años d.C. Capital del imperio tolteca, los que inventaron la guerra —modo de producción esclavista— los conquistadores conquistados. Se encuentra en las afueras de Tula, Hidalgo, a 90 kilómetros de la ciudad de México.

Tecnochtitlán. 1325 años d.C. a 1521 años d.C. Capital del imperio azteca, dos siglos de riqueza ganada por las armas, cultura asimilada en el período de decadencia de las civilizaciones de América. Gran metrópoli que impresionó a los españoles. Algunos vestigios de la gran ciudad se encuentran en el Zócalo de la ciudad de México (Templo Mayor).

Una visita previa al Museo de Antropología dará una idea más amplia de esto, además que en las zonas arqueológicas hay pequeños museos que orientan adecuadamente y cuentan con librerías que ofrecen diversas publicaciones. (APS).

Ciudad de México

Las 33 rutas más populares

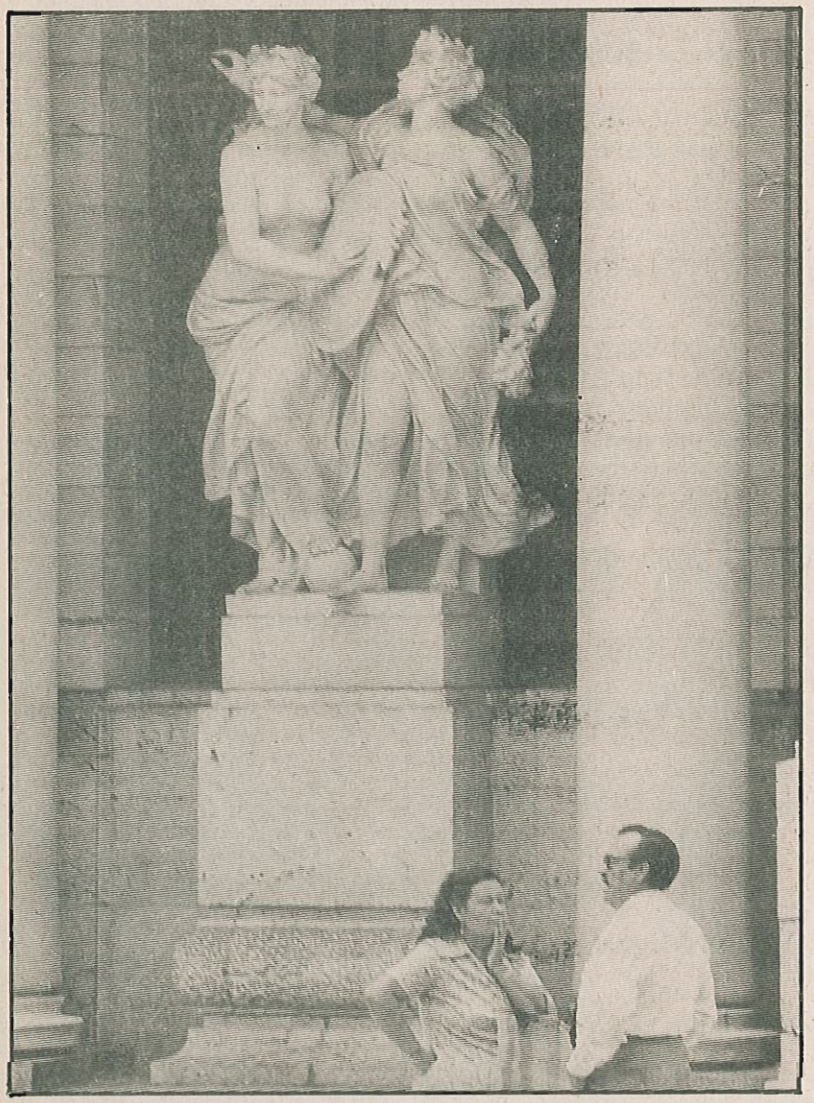


Foto: VERONICA BRAVO

Delegación Alvaro Obregón

Recorrido número 1. Iglesia y Plaza de San Sebastián Chimalistac. Museo de Arte Alvar y Carmen T. de Carrillo Gil. Monumento al General Alvaro Obregón. Mercado de las flores. Iglesia y Museo del Carmen. Casa de los Mariscales de Castilla. Plazas del Carmen y San Jacinto.

Recorrido número 2. Casa del Mirador o del Risco. Centro Cultural y Biblioteca Isidro Fabela. Placa a los Soldados Irlandeses. Casa del Mayorazgo de Fagoada. Casa del Obispo de Madrid. Iglesia de San Jacinto. Casa Blanca o Bazar del Sábado. Casa de los Delfines. Ex-Hacienda de San Angel Inn.

Delegación Azcapotzalco

Recorrido número 3. Parroquia de los Santos Apóstoles Felipe y Santiago. Ex-Conventos de Dominicos. Jardín Hidalgo. Paseo de los Ahuehuetes. Parque Recreativo Tezozómoc.

Delegación Benito Juárez

Recorrido número 4. Poliforum Cultural Siqueiros. Parque Arqueológico de la Ciudad de México "Luis G. Urbina". Plaza Jáuregui. Casa de la Cultura de Mixcoac. Ex-Convento de Santo Domingo de Guzmán. Plaza Cívica "Soberanía de la República". Parque Francisco Villa.

Delegación Coyoacán

Recorrido número 5. Plaza Hidalgo y Jardín del Centenario. Casa de Hernán Cortés. La Parroquia de San Juan Bautista. Plaza y Capilla de la Concepción. Casa Colorada. Convento de los Camilos.

Recorrido número 6. Iglesia de El Altillo. Capilla de San Antonio Panzacola. Casa de Alvarado. Casa de Ordaz. Museo de Frida Kahlo. Casa de Leon Trotsky. Museo Escultórico de Geles Cabrera.

Recorrido número 7. Ex-Convento de Churubusco. Museo Nacional de las Intervenciones. Parque Xicoténcatl.

Recorrido número 8. Estadio Universitario. Murales de Ciudad Universitaria. Espacio Escultórico. Sala Nezahualcóyotl. Zona Arqueológica de Cuicuilco.

Delegación Cuajimalpa

Recorrido número 9. Parroquia de San Pedro Apóstol. Parque Nacional Desierto de Los Leones. Ex-Convento del Desierto de Los Leones. Parque Nacional Recreativo "Cruz Blanca". Monte de las Cruces. Piscifactoría "El Zarco" (Las Truchas).

Delegación Cuauhtémoc

Recorrido número 10. Pinacoteca Virreinal. Mural de Diego Rivera, Hotel del Prado. Museo Nacional de Artes e Industrias Populares. Alameda Central. Hemiciclo a Juárez. Palacio de Bellas Artes.

Recorrido número 11. Museo de la Ciudad de México. Suprema Corte de Justicia. Palacio Nacional. Plaza de la Constitución. Edificio del Departamento del Distrito Federal. Portal de Mercaderes. Edificio del Nacional Monte de Piedad. Catedral Metropolitana.

Recorrido número 12. Templo Mayor. Calle de Moneda. Casa de la Primera Universidad. Casa del Arzobispado. Santa Teresa La Antigua. Museo de las Culturas, Antigua Casa de Moneda. Casas del Mayorazgo de Guerrero. Academia de San Carlos. Santa Inés.

Recorrido número 13. Casa de Correos de la Ciudad de México. Banco de México. Casa de los Azulejos. Iglesia de San Francisco. Iglesia de San Felipe de Jesús. Palacio de Iturbide. Casa de los Condes de San Mateo de Valparaíso.

Recorrido número 14. Casa de la Paz y Convento de Betlemitas. Palacio de Minería. Ex-Palacio de Comunicaciones. Estatua de Carlos IV. Cámara de Senadores. Cámara de Diputados. Templo de la Concepción. Plaza Garibaldi.

Recorrido número 15. Portales de Santo Domingo. Parroquia de Santo Domingo. Antigua Escuela Nacional de Medicina. Antiguo Edificio de la Aduana. Biblioteca Iberoamericana. Secretaría de Educación Pública. Colegio Nacional. Escuela Nacional Preparatoria. Casa de los Marqueses del Apartado.

Recorrido número 16. Museo de Exposiciones de Figuras de Cera. Anfiteatro Bolívar. Hemeroteca Nacional. Colegio de San Pedro y San Pablo. Plaza e Iglesia de Loreto. Santa Teresa la Nueva.

Recorrido número 17. Museo de San Carlos. Monumento a la Revolución. Monumento a Cristóbal Colón. Monumento a Cuauhtémoc. Monumento a la Independencia.

Delegación Gustavo A. Madero

Recorrido número 18. Planetario Luis Enrique Erro. Parque Recreativo y Cultural Gustavo A. Madero. Bosque de San Juan de Aragón. Zoológico de San Juan de Aragón.

Recorrido número 19. Antigua Basílica de Guadalupe. Iglesia de las Capuchinas. Nueva Basílica de Guadalupe. Santuario o Templo del Tepeyac. Capilla del Pocito.

Delegación Iztacalco

Recorrido número 20. Zona de los Siete Barrios. Parroquia de San Matías de Iztacalco. Parroquia de la Santa Cruz. Ermita de la Santa Cruz. Iglesia de la Asunción. Ermita de la Asunción. Iglesia de Santa Anita Zacatlalmanco. Unidad Deportiva de la Magdalena Mixhuca.

Delegación Iztapalapa

Recorrido número 21. Parroquia de San Lucas. Santuario Catedral del Señor de la Cuevita. Zona Arqueológica del Cerro de la Estrella. Museo del Cerro de la Estrella. Ex-Convento de Culhuacán.

Delegación Magdalena Contreras

Recorrido número 22. Foro Cultural. Templo de la Concepción. Casa de Don Diego de Contreras. Templo de San Bernabé. Templo de la Magdalena. Casa de las Bellas Artes. Iglesia de San Nicolás Totolapan.

Delegación Miguel Hidalgo

Recorrido número 23. Museo de Historia Natural. Fuente de Tláloc. Museo de la Comisión Federal de Electricidad. Juegos Mecánicos.

Recorrido número 24. Museo Galería de Historia o del Caracol. Museo Nacional de Historia. Museo de Arte Moderno. Museo Rufino Tamayo.

Recorrido número 25. Monumento a Ghandi. Parque Zoológico de Chapultepec. Jardín Botánico. Monumento a Sir Winston Churchill. Jardín Escultórico. Museo Sala de Arte Público David Alfaro Siqueiros.

Recorrido número 26. Museo Nacional de Antropología.

Delegación Milpa Alta

Recorrido número 27. Convento y Parroquia de la Asunción. San Antonio Tecomitl. Iglesia y Convento de San Antonio de Padua. San Lorenzo Tlacoyucan. Tumba del Ultimo Emperador Momoxca. San Bartolomé Xicomulco.

Recorrido número 28. San Pedro Atocpan. Parroquia de San Pedro. San Pablo Oztotepec. Iglesia de Chalmita. Plaza de San Pablo.

Delegación Tláhuac

Recorrido número 29. Iglesia de San Pedro Tláhuac. Convento de San Pedro Tláhuac. Lago de los Reyes. Parroquia de San Andrés Mixquic. Zona Arqueológica. El Manantial.

Delegación Tlalpan

Recorrido número 30. Casa de Don Antonio López de Santa Anna. Parroquia de San Agustín. El Palacio Municipal. Casa de Moneda. Casa de los Marqueses de Vivanco o Huerta de las Campanas. Fuentes Brotantes. Bosque de Tlalpan.

Recorrido número 31. Casa Chata. Jardín Allende. Casa Prisión de José María Morelos y Pavón. Museo de Diego Rivera o Anahuacalli.

Delegación Venustiano Carranza

Recorrido número 32. Plaza y Templo de la Soledad. Archivo de la Nación (ex-Penal de Lecumberri). Palacio Legislativo.

Delegación Xochimilco

Recorrido número 33. Canal de Cuemanco. Embarcadero Fernando Celada. Parroquia de San Bernardino. Embarcadero de Caltongo. Zona Arqueológica de Acalpixcan. (APS).

Fuente: *"Las 33 rutas más populares" Ciudad de México*". Dirección de Turismo del D.D.F.

Influencia de la Publicidad también en Hidalgo

Amas de casa en busca de "marcas", no de productos

Foto: VERONICA BRAVO

Para que el consumidor no se deje deslumbrar tan fácilmente por las apantallantes campañas publicitarias, y no lo sorprendan abusivos comerciantes de bienes y servicios, algunas de las Delegaciones del Instituto Nacional del Consumidor, establecidas en distintos puntos del país, atienden varios problemas que requieren su orientación en cada una de las entidades.

Con nuevas y más llamativas presentaciones, eligiendo colores de moda, reforzando además con amplias y muy costosas campañas de promoción, las empresas publicitarias en forma sutil, pero efectiva, ejercen una permanente presión de compra sobre los consumidores, afianzando la idea de "calidad" al referirse a la "marca" de los productos.

Actualmente, la "marca" sirve de enlace o identificación entre un producto y el consumidor, y se convierte en eje de la competencia mercantil como signo distintivo. En el estado de Hidalgo, en las ciudades principales como Pachuca, Tulancingo, Actopan y Tula, este fenómeno se refleja en la actitud que asume un sector de amas de casa cuando acuden a la tienda para surtir su despensa y no encuentran, por ejemplo, las marcas más anunciadas de café soluble, pañuelos desechables, jabones o detergentes.

Salen de esa tienda pensando que no hay en existencia en el mercado, en general, estos productos, sin detenerse a verificar que, de acuerdo a lo que indican las etiquetas, los ingredientes y materias primas que contienen los que sí hay, son los mismos.

La publicidad ha conseguido que los consumidores, salvo excepciones, ya no comparen, no reflexionen, no indaguen qué es mejor y qué responde a sus necesidades y gustos, sino que se inclinen y prefieran las marcas que le son más conocidas y recomendadas a través de la misma publicidad.

Las inmobiliarias engañan a los jaliscienses

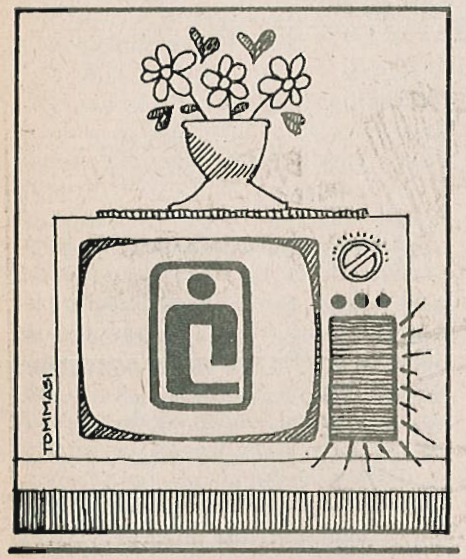
Es engañosa la publicidad expedida por varias compañías y vendedores de bienes inmuebles en Jalisco, como lo confirmó la Delegación del INCO en esa entidad.

Por tal razón se publicaron, en los principales diarios de la localidad, los resultados de un estudio realizado, así como los pasos a seguir para comprobar la falsedad publicitaria. Con esta medida, se espera que disminuya el número de quejas en contra de estas empresas.

En el Estado de México crece la transparencia

La Delegación del INCO en el Estado de México trasmite diariamente por canal 7, dentro del programa *Miscelanea*, la transparencia de precios de productos básicos y medicamentos, abarcando igualmente servicios como tintorerías.

De esta manera, los mexiquenses pueden consultar y comparar precios, para realizar una mejor compra y no dejarse sorprender por comerciantes voraces.



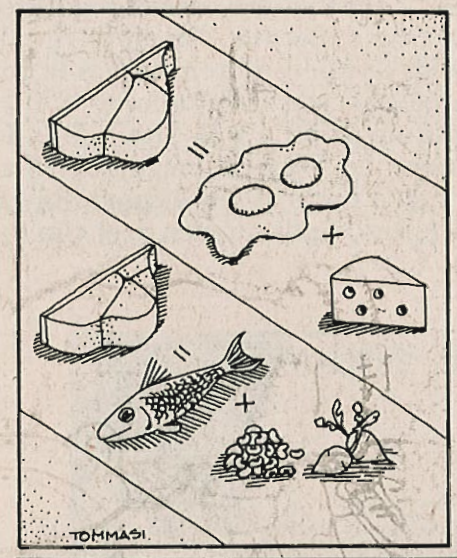
En tres estados, el INCO ofrece opciones ante la falta de carne

Las Delegaciones del INCO en Puebla, Guanajuato y Tamaulipas, ofrecieron a la población trabajadora alternativas de consumo, ante la escasez de carne.

En Puebla, a través de los medios masivos de comunicación se invitó a las amas de casa a sustituir el consumo de carne de res por otros alimentos igualmente ricos en proteínas, como son el pescado y productos vegetales. Complementariamente, se han puesto a su disposición folletos acerca de cómo comprar y preparar pescado que pueden solicitar en las oficinas de la Delegación.

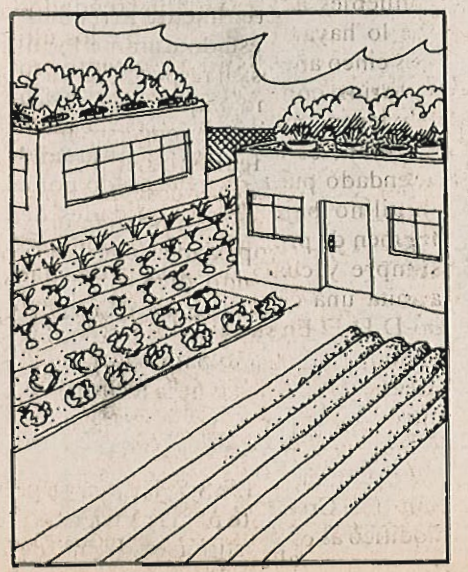
Por su parte, la Delegación Guanajuato, en convenio con Tepepan, ha impartido cursos por televisión sobre la forma de preparar pescado, a fin de que la población local conozca las diferentes variedades del producto y las diversas formas en que se puede preparar.

Y finalmente, en Tamaulipas se aplicó una encuesta de opinión entre la población local, a fin de conocer el tipo de alimento con que sustituyen la carne, con el objeto de sugerir a otros consumidores dietas nutritivas y económicas que no incluyan carne.



En Chihuahua y Veracruz, autoproducción de hortalizas

Las Delegaciones del INCO en Chihuahua y Veracruz participan en programas de autoproducción doméstica de hortalizas.



La representación de Chihuahua brinda asesoría sobre los procedimientos y ventajas económicas que ofrece la producción en huertos familiares, mientras que la de Veracruz inició el programa en coordinación con la *Federación de Organizaciones Populares* y la Secretaría de Agricultura y Recursos Hidráulicos. Esta misma delegación reparte gratuitamente semillas a los consumidores que las soliciten y realiza supervisiones personales del cultivo.

En Morelos, el INCO intercede por los consumidores de gas

La Delegación del INCO en Morelos invitó a la población, a través de radio y prensa locales, a realizar sus pedidos de gas oportunamente, al tiempo que solicitó, a los gerentes de las compañías del combustible, que organizaran la distribución de manera que los consumidores fueran atendidos en un margen no mayor de tres días después de realizado el pedido.

Estas son algunas de las actividades que realizan las delegaciones del INCO en provincia, para que los consumidores conozcan y defiendan sus derechos.

Vacunas vemos pero no siempre las conocemos

También hay noticias buenas. Millones de mexicanos, niños y adultos, son vacunados periódicamente. Sin embargo, la mayoría desconoce que los avances obtenidos en la prevención de enfermedades infecciosas son halagadores, y que ello se debe en buena medida a su colaboración y a la alta calidad de las vacunas que se producen en México, reconocidas a nivel mundial y que incluso son exportadas a países de Centro, Sudamérica y el Caribe.

En nuestro país, la vacunación se ha considerado en las leyes como una de las formas de garantizar el derecho a la salud establecido en la Constitución General de la República. La **Ley General de Salud**, en particular, precisa que algunas vacunas deben ser de carácter obligatorio para asegurar que la población, especialmente la niñez, quede adecuadamente protegida ante enfermedades de tipo infeccioso como poliomielitis, difteria, tosferina, tétanos, sarampión y tuberculosis.

Para hacer realidad este derecho, el gobierno ha dispuesto el empleo de la **Cartilla Nacional de Vacunación**, que se entrega a los padres de familia al momento de registrar a sus hijos, y cuya finalidad es orientarlos respecto a los tiempos en que se debe recurrir a las vacunas, facilitando a las autoridades del sector salud el registro de las dosis aplicadas.

El doctor Juan Garza Ramos directivo de la *Gerencia General de Biológicos y Reactivos*, órgano de la Secretaría de Salud que se encarga de la producción de los bienes necesarios para los programas de vacunación informa que dentro de los logros alcanzados en este rubro destaca la disminución de enfermedades infecto contagiosas y agrega:

"En el año 1979 se registraron 9 casos de difteria, mientras que en 1982 no se

registró ninguno; se presentaron 2,625 casos de tosferina en el primer año, contra 1,227 en 1983; en el caso del sarampión, la disminución pasó de 11 mil casos a sólo 3 mil en el mismo lapso, y en cuanto a poliomielitis, en 1979 hubo alrededor de 800 casos, cifra que se redujo a 200 el año siguiente.

Aún cuando los resultados son promisorios, es de vital importancia que los padres lleven a sus hijos, al nacer y durante sus primeros años de vida, a los centros de salud, para que les apliquen las vacunas obligatorias de acuerdo a los esquemas establecidos, principalmente cuando el nivel socioeconómico es bajo".

Señala que para cubrir la demanda nacional se elaboraron 78 millones de vacunas y otros productos como antisueros, hemoderivados y reactivos de diagnóstico, cifra que supera en 2 millones la meta establecida por el *Programa Nacional de Salud* para 1984.

De la producción mencionada, se distribuyeron en los organismos que integran el sector salud, 28.5 millones de dosis de vacuna antipoliomielítica; 6.2 millones de vacuna antisarampión; 12.2 millones de la triple DPT, y 5.8 millones de vacuna BCG para la prevención de la tuberculosis, además de otras, como la antirrábica, humana y canina, contra la tifoidea y tétanos.

El especialista afirma que en México se produjo el 73 por ciento de los productos, salvo algunos componentes extranjeros pero procesados en el país, mientras que el resto —27 por ciento— fue de importación, como el caso de ciertos elementos de alta especificidad y otros cuya demanda es mínima y no justifica el establecimiento de un centro productor, tal como el caso de la vacuna contra el cólera y fiebre amarilla.

En 1983 y 1984 la institución exportó biológicos a Guatemala, El Salvador, Costa Rica, Nicaragua, Panamá, Honduras, Colombia, Perú, Ecuador, República Dominicana, Granada y Cuba. Además de sueros a los Estados Unidos.

Una historia digna de contar

El entrevistado relata que fue en el año 1981 cuando se crea, después de una larga serie de transformaciones, la *Gerencia General de Biológicos y Reactivos* que comprende los *Institutos Nacionales de Higiene y Virología* y el *Laboratorio Central de Reactivos.*

Los productos que elabora se atienen a ciertos requisitos de calidad, ya que deben ser inocuos, esto es, que no pueden causar reacciones secundarias graves; estériles, sin contaminantes que infecten al individuo, y con la potencia suficiente para cumplir con las funciones de inmunidad.

Para tales efectos, se sigue un rígido procedimiento de control de calidad durante el proceso de producción y terminado, así como de los insumos que se emplean. Finalmente, para verificar que el producto es de óptima calidad, se escogen algunos lotes procesados durante el año y se envían a los laboratorios de la *Organización Mundial de la Salud*, para su constatación mediante una serie de pruebas establecidas por dicho centro.

Otro aspecto que resalta por su importancia es la dedicación del área de estudios experimentales a la investigación. En este renglón, se tienen convenios celebrados con instituciones como *UNAM, Instituto Politécnico Nacional, Universidad Autónoma Metropolitana*, entre otros centros de estudio, y en el extranjero con la *Organización Mundial de la Salud*, la *Organización Panamericana de la Salud*, la *Organización de las Naciones Unidas para el Desarrollo Industrial* y el *Instituto Pasteur* de París.

Dulce María Lillian

Vacune a sus hijos

No está por demás recordarle que es de vital importancia vacunar a sus hijos según el esquema básico de inmunizaciones, durante las campañas que organiza el sector salud. Usted ha contribuído para que ellas tengan éxito, y las enfermedades prevenibles por este medio han reducido su incidencia o, en el mejor de los casos, están controladas.

No desatienda el llamado y apoye el cumplimiento de esta garantía social a la que todos los mexicanos tenemos derecho gratuitamente.

Campaña anual

El calendario de las fases intensivas comprende:

— *Antipoliomielítica.* Del 21 al 25 de enero y del 25 al 29 de marzo. Se dará atención a los niños de 2 a 35 meses de edad.
— *Antisarampión.* Se aplicará en la semana 42 del año, del 14 al 18 de octubre.

Programa permanente

Se proporcionan biológicos todos los días hábiles del año en los centros de salud. Se administran de la siguiente forma:

— *Antipoliomielítica.* Debe suministrarse a los 2, 4 y 6 meses de edad y a los menores de 32 meses que no hayan sido protegidos previamente.
— *D.P.T.* Se aplica a los 2, 4 y 6 meses con refuerzos a los 2 y 4 años. Con tolerancia a los 4 años de edad, siempre y cuando no haya sido vacunado previamente el menor, o atacado por este mal.
— *B.C.G.* Al nacimiento, o en el primer contacto con los servicios de salud, antes de los 48 meses.
— *Antisarampión.* A los 12 meses se recomienda su aplicación, pero si no se administró en este tiempo hay un margen de tolerancia hasta los 4 años.
— En el caso particular del *Toxoide Tetánico* se proporciona a los niños, mayores de 6 años, que se desarrollan en condiciones insalubres, y a las mujeres embarazadas durante su segundo trimestre.

Información: *Dirección de Enfermedades Prevenibles por Vacunación de la Secretaría de Salud.*

Consumidor ¿quiere mejorar su

Hace ocho años que desde estas páginas hacemos la lucha... Día tras día damos con usted las pequeñas batallas para salvar su economía de abusos y engaños. Hasta ahora, los lectores interesados en los problemas de consumo han sido nuestro sostén. Pero hay que llegar a más gentes y hacerlo de mejor manera. Usted puede ayudarnos: complete el cuestionario cuando tenga un poco de tiempo y envíelo a Insurgentes Sur 1228, 5o. piso, Delegación Benito Juárez, C.P. 03210. Será bienvenido.

I ¿Cómo llegó a sus manos esta Revista del Consumidor? ¿La compró en: Tienda ☐ Supermercado? ☐ Puesto de periódicos? ☐
¿Tiene suscripción? ☐ ¿Desde qué año?
¿Se la prestaron u obsequiaron? ☐
¿La encontró en una sala de espera? ☐
Otros _____
especifique

II ¿Con qué frecuencia lee la Revista del Consumidor?
Mensualmente ☐ ¿Desde qué año?
Ocasionalmente ☐
Es primera vez ☐

III ¿Cuáles son los artículos que más le interesaron de este número?
_____
_____
_____
Después de haberlos leído considera que aumentó su conocimiento respecto al tema a que se refieren
Sí ☐ Un poco ☐ No ☐

IV En su opinión ¿la Revista del Consumidor aporta soluciones a sus problemas de consumo?
Sí ☐ No ☐

V ¿Qué temas y/o problemas le gustaría que se trataran en la Revista:
¿Juguetes infantiles, cuentos?
¿Alternativas de compra?
¿Alimentación y nutrición?
¿Publicidad y anticomerciales?
¿Eventos Culturales?
¿Consejos prácticos para el hogar?
¿Precios?

Comunic

Revista?

¿Educación de los niños?

Otros _____
especifique

VI ¿Qué le disgusta de la Revista? (por ejemplo la impresión, la portada, el tamaño de las letras, las fotografías, los temas, el diseño, el papel, etc....)

_____

_____

_____

_____

Edad Sexo

Ocupación

Ingresos mensuales

Colonia

¿Dónde efectúa generalmente las compras?

¿Cuál es su revista preferida?

Recorte este cupón

¡SUSCRIBASE HOY MISMO!

La revista del consumidor le dice cómo gastar menos y comprar mejor le orienta y ayuda a evitar problemas y sorpresas desagradables

Favor de suscribirme a la revista del consumidor.

Suscripción por un año (12 números) a partir del núm.___
Adjunto cheque o giro postal, por la cantidad de $350.00 (Trescientos cincuenta pesos, 00/100 M. N.) cuota para el D.F. y el interior de la República.

☐ *Nueva suscripción* ☐ *Adjunto cheque*

☐ *Renovación de suscripción* ☐ *Giro postal*

Nombre: _____

Dirección particular: _____

_____

Colonia: _____ Teléfono: _____

Delegación: _____ Código Postal: _____

Ciudad: _____

Estado: _____

Municipio: _____

Envíe este cupón con cheque o giro postal a nombre de: Instituto Nacional del Consumidor, Departamento de Distribución, Insurgentes Sur 1228, 8° piso, Col. Tlacoquemécatl del Valle, Delegación Benito Juárez, México 03210, D.F.

Para cualquier duda o aclaración sobre suscripciones favor de comunicarse al teléfono: 559-7377 Ext. 131 y 132 (Departamento de Distribución)

Dóblese y péguese aquí en la orilla

CORRESPONDENCIA CON DERECHOS POR COBRAR
SOLAMENTE SERVICIO NACIONAL
SUPERFICIE

El porte será pagado por:

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

Administración
de correos No. 44
C.P. 03100
México, D.F.

Primera clase
Permiso Postal

No.
México, D.F.

Recorte este cupón

"Jurídico" contesta

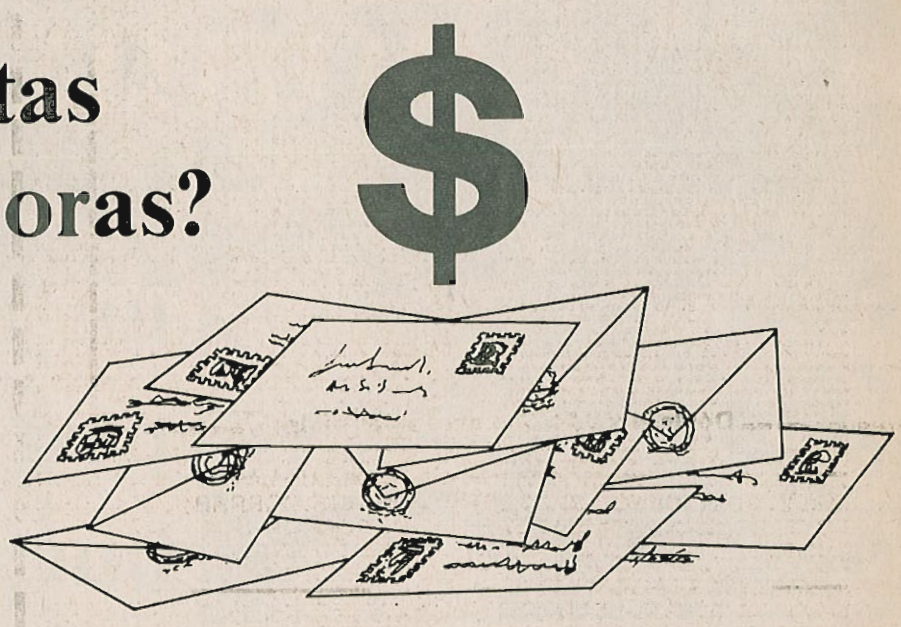
El Departamento de Estudios Jurídicos del INCO recibe y da respuesta a las consultas de los consumidores. Si usted necesita su asesoría, diríjase al licenciado Francisco Castellanos, Unidad de Consultoría del Departamento de Estudios Jurídicos, INCO, Insurgentes Sur 1228, 6º piso, CP 03210, D.F.

Promociones que son pura promesa

Así parece que ocurre con algunas promociones de la empresa Selecciones del Reader's Digest, según se queja el señor Rafael Rodríguez Arzúa, domiciliado en Tapachula, Chiapas. El consumidor pagó las tres suscripciones a precio rebajado que la empresa ofrecía pero, varios meses después, aún no había noticias del material prometido.

El Departamento Jurídico del INCO se contactó con la empresa obteniendo de ella el compromiso de resolver la cuestión. De todos modos se aconsejó al consumidor que en caso de no ocurrir así, presentase su queja a la delegación federal de la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial más cercana a su domicilio.

¿Cartas vendedoras?



Pese a la crisis económica, para la agencia publicitaria *"Direcciones S.A."*, sí hay disposición de compra entre la población.

Hasta esta redacción llegó una carta de dicha agencia, en donde afirma que, con su modalidad "Correo Directo", se puede crear un ambiente "festivo, incitante, tendiente a la compra", entre "48 mil nombre personales de ejecutivos clave, con decisión de compra esperando su mensaje".

Entre interrogaciones, sugiere sacarle partido a la euforia navideña: "¿Por qué no crear el mismo ambiente e inducir a la compra con un mensaje impactante? ¿Por qué no utilizar la comunicación directa para aumentar las ventas en cualquier época del año?", y posteriormente asegura: "Correo directo ¡sí vende de inmediato!".

Para comprobar la efectividad de ese mensaje, la Revista del Consumidor se comunicó a la entusiasta agencia por uno de sus números telefónicos en el que contestó una de las empleadas (quien no proporcionó su nombre), con un tono frío y menos optimista: "nosotros no garantizamos la venta de sus productos", ya que según ella únicamente se encargaban de colocar los timbres en dos mil 500 folletos o piezas de promoción del solicitante como mínimo, y enviarlas a 48 mil direcciones a nombre de "altos ejecutivos" de las empresas.

La misma entrevistada informó que el costo de los servicios era de 30 pesos por pieza, considerando dos mil 500 a 7 mil 500 envíos, más IVA y el porte del timbre; y por una cantidad mayor, diez pesos menos por pieza y con los mismos cargos adicionales.

Si usted es prominente empresario de una compañía que tiene un mínimo de capital invertido de 40 millones de pesos, necesita promocionar sus artículos y está dispuesto a desembolsar más de 300 mil pesos, esta agencia le ofrece sus servicios y ¿la seriedad? usted la pone.

Las equivocaciones de ADO

Después de más de dos horas y media, la señora Ruth Rodríguez de Sandoval se enteró que su lugar, en el autobús ADO número 433, ya estaba ocupado por una señorita.

No obstante que ésta le mostró su boleto, marcado con el mismo número (4) de la señora Sandoval, la afectada se dirigió al despachador del citado autobús, quien le contestó que simplemente se habían equivocado.

Este caso no era el único, ya que a varios de los pasajeros los enviaron a ocupar asientos distantes de los números originalmente solicitados.

Como la afectada no aceptó el nuevo asiento que le asignaron (el 37), por estar a un lado del WC, que expedía olores desagradables, el empleado de la línea de autobuses la envió a la ventanilla de informes para que le devolvieran su dinero.

Otra nueva sorpresa se llevó la señora, ya que en lugar de entregarle los dos mil 980 pesos que pagó por el boleto, le regresaron dos mil 755, esto es, 235 pesos menos.

En su carta, la señora Sandoval comenta indignada: "No soy un bulto para que los señores me acomoden, por su equivocación, donde les plazca". Y finalmente exculpa a los choferes, porque "no les queda más remedio que obedecer o perder su trabajo".

Ante tal arbitrariedad con la consumidora, la Procuraduría Federal del Consumidor ya atiende su caso.

Para la cuaresma, los viernes y todos los días

Aunque no lo crea, hay un centro de pescado fresco, bueno y barato.

Muchos capitalinos quisiéramos comer pescado fresco como en los puertos, en locales o comercios de excelente limpieza, de buen manejo, cortesía, buena atención y que, además, orienten al mejor aprovechamiento de este alimento. Bien, ya existe un lugar que se aproxima a estos deseos y funciona de la siguiente manera: tiene dos secciones: una al mayoreo y otra de menudeo, abierta a todo el público.

En esta última cada uno puede escoger la variedad que quiera y hay personal suficiente que pesa y marca el precio; luego se paga en las cajas; si se desea en filetes, también lo preparan y entregan lo sobrante como cabezas y colas para sopa o el desperdicio para el gato.

El manejo es adecuado ya que desde los puertos del golfo y del pacífico se transporta el producto —normalmente de noche— en camiones, entre hielo picado; se recibe temprano en la mañana y se prepara para ofrecerlo fresco en el día. De esta manera se puede adquirir pescado entero, limpio, desviscerado y desescamado, listo para adobarlo (ajo, cebolla, pimienta y sal, molidos juntos), reposarlo y freírlo o guisarlo justo antes de la comida, a la manera tradicional.

Este centro maneja aproximadamente 10 toneladas de pescado y mariscos al día. Son de diferentes variedades: cazón, mero, huauchinango, ronco, rubia, curvina, camarón, ostión, ancas de rana, mojarra, lisa y muchas más.

Variedad de especies

También es posible encontrar aquí una oferta que a muchos parecerá interesante: "Pescado de Mar", que son productos de diferentes especies y tamaños diversos ofrecidos en paquete; así, en montón, se expenden a 260 pesos el kilogramo. Otra ventaja adicional es que el comprador puede seleccionar sus piezas. No es producto de segunda. Es la fauna de acompañamiento del camarón u otras especies conocidas que los pescadores expenden a menor precio.

Muchos consumidores continúan prefiriendo las especies caras del mar y no adquieren otras variedades que suelen ser más baratas e igualmente nutritivas: ¿Qué tiene de especial un mero de 960 pesos el kilo frente a otra variedad de 135 pesos kilo como las sardinas? ¿Más proteína? ¿Más nutrientes? ¿Más sabor? No, sólo tiene más valor comercial por la facilidad de sus lonjas y un nombre famoso. Un ejemplo más: el cazón, que tradicionalmente era comida de pobre en el sureste de México, hoy se cotiza a más de 900 pesos kilogramo en filetes; se trata de una exageración debida a los acaparadores y distribuidores; pero comparado con la carne, sigue teniendo muchas ventajas.

No cabe duda que mercados como el de la Viga, y la fama de algunas especies, encarecen a los productos del mar; el mismo efecto producen el color y la presencia o facilidad para comerlos o prepararlos.

El sitio al que nos referimos ofrece también ceviches y sardinas guisadas en tomate fresco, sin enlatar, preparados ahí mismo. Cuenta con cocina muy bien equipada, limpia, buenas recetas y con personal capacitado.

El centro se denomina **Centro de Recepción y Distribución de Pescados y Mariscos**. Se encuentra en la Colonia Pantitlán, en la calle 3, número 231, esquina con Xochimilco. Funciona de las 7:30 a las 14:30 horas y por mayoreo desde las cinco; la mejor forma de llegar es por el Metro, estación Pantitlán (líneas 1 y 5) donde hay paraderos de camiones; en las filas H y M salen los camiones hacia "Neza", son de color verde unos y los otros de color azul, que toman la Avenida Guadalupe hacia el oriente; a seis calles dentro de la colonia, hay que cruzar la calle 3 y a una cuadra por la derecha se encuentra el centro (APS).

En apoyo del Consumidor

El departamento de Análisis sobre Comunicación

Todos los días miles de mensajes publicitarios son emitidos a través de la televisión, la radio y los impresos. Cotidianamente también los consumidores reciben anuncios que no siempre respetan las leyes con tal de convencerlos de bondades etéreas de ciertos productos. El Instituto Nacional del Consumidor dispone de ocho especialistas para observar permanentemente la publicidad.

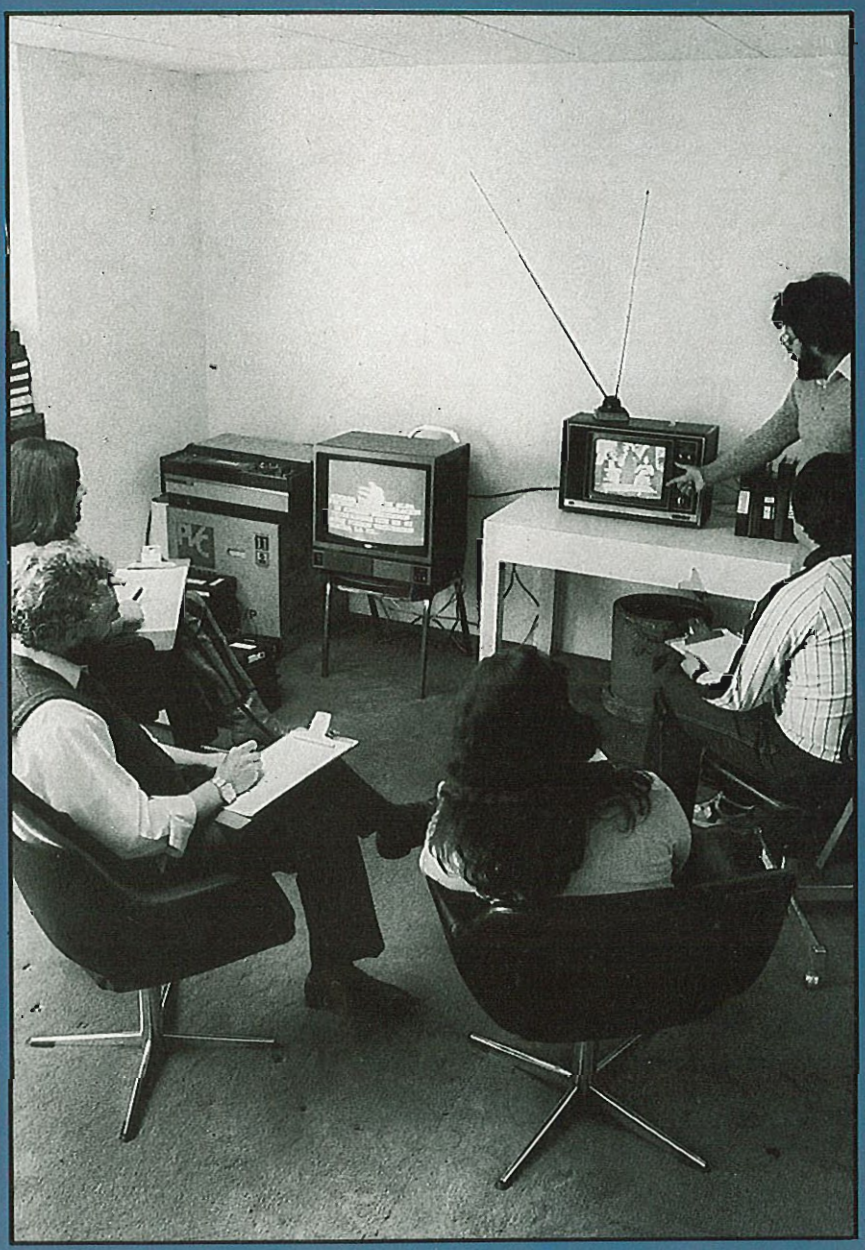
La labor del Departamento de Análisis sobre Comunicación no es tan sencilla debido a que gran parte de los publicistas cuidan más la presentación de sus mensajes y no precisamente a favor del consumidor, ya que de una manera sutil asocian sus anuncios con motivos sociales, culturales, entre otros.

El Departamento de Análisis sobre Comunicación realiza investigaciones sobre la publicidad de alimentos, bebidas alcohólicas, tabaco, así como el papel que juegan el hombre y la mujer (y también el niño), en los medios masivos de comunicación.

Asimismo, realiza la evaluación de las campañas de orientación masiva del propio INCO como son la de útiles escolares, aguinaldo y consumismo de fin de año; produce textos para orientar al consumidor.

Los resultados de sus estudios se transmiten en los medios de difusión masiva, incluyendo los del Instituto.

Una muestra de su labor es la sección permanente en la Revista del Consumidor: *En tela de Juicio.*



Queremos que cada mexicano sea un buen consumidor, por ello también están a sus órdenes los analistas de comunicación para servirle sin costo alguno. Usted ya conoce: el teléfono del INCO: 568 87 22. En su estado busque la delegación del INCO.

EN TELA DE JUICIO

¿CHICLES PARA LA SALUD?

Ahora resulta que —según los publicistas— si queremos gozar de una buena salud dental debemos masticar chicles.

Los dentistas modernos aseguran que el hábito de mascar chicles produce, además de las consabidas caries (picaduras) en los dientes, malestares del estómago por la constante salivación. Y, cuando se está bajo tratamiento odontológico (el que es requerido cada vez por más niños), el masticar chicles puede ocasionar hasta malformaciones en la estructura dentaria.

Todas estas alteraciones pareciera que son ignoradas por los odontólogos que supuestamente recomiendan este nuevo chicle. Según la publicidad "7 de cada 10 dentistas lo recomienda". FALSO.

Nosotros creemos que un verdadero dentista nunca recomendaría masticar chicles, aunque no tengan azúcar. ¿Usted qué opina?

Departamento de Análisis sobre Comunicación.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

el brinco

Suplemento de la Revista del Consumidor No. 97 Coordinación: Marie Puga. No. 39 Marzo 85

Del uno al diez

Vuela, vuela papalote

Naranja dulce, jugo casero

DE TODO

A la víbora, víbora, de la mar por aquí pueden pasar; los de adelante corren mucho, los de atrás se quedarán....

Dame la mano y danzaremos

Rondas son esos juegos en que, de la mano de tus compañeros, cantas una canción que se repite mientras todos dan vueltas y vueltas alrededor de un punto central que lo único que necesita es el aire libre. Las canciones, que son lindas, las aprendiste de tus papás que a su vez, las aprendieron de igual forma. Hablan de reyes que buscan a una reina, de soldados que van a la guerra, de frutas, de animales que hablan, de juegos de palabras y de historias que vienen de muy lejos en el tiempo y en el espacio. Los niños las han cantado por generaciones, forman parte de nuestras costumbres y de nuestra relación con otros pueblos; por eso no debemos olvidarlas ni dejarlas morir. ¿Recuerdas que en el cuento de Peter Pan el hada Campanilla se salvó

A la rueda rueda de San Miguel Todos llevan su caja de miel a lo maduro... a lo maduro.....

de morir porque los niños volvieron a creer en las hadas? Pues algo así debemos hacer con las rondas: revivir, en jardines, en calles y en escuelas, el encanto de su música y de sus rimas que todos conocemos y que pueden desaparecer ante la invasión de cancioncillas que anuncian productos comerciales, tan pegajosas a nuestra memoria como si tuvieran chicle. Estas páginas están hechas de música: rondas aquí, y canciones en la siguiente. Canten tú y tus amigos.....

Yo soy la viudita
del conde Laurel
me quiero casar
y no encuentro con quién
Pues siendo tan bella
no hallaste con quién
elige a tu gusto
que aquí tienes cien.

Elijo a esta niña
por ser la más bella
la blanca azucena
de todo el jardín.

Y ahora que hallaste
la prenda querida
feliz a su lado
pasarás la vida
Contigo sí
Contigo no
Contigo viudita
me casaré yo.

Acitrón de un fandango,
zango, zango, sabaré
sabaré de tarantela
con su triqui triqui tran.

Por la vía voy pasando
por la vía pasa el tren
acitrón de un fandango
zango, zango, zabaré.
Antonio tenía una flauta
con ella se divertía
y vamos a dar la lata
a la casa de su tía
con su triqui triqui tran.

Soy cojo de un pie
manco de una mano
tengo un ojo tuerto
y el otro apagado.

Soy cojo de un pie
y no puedo andar
sólo al ver a usted
suelo no cojear,

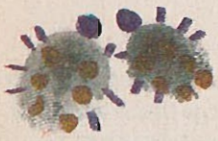
Caballito blanco
sácame de aquí
llévame a mi pueblo
donde yo nací.
Tengo, tengo, tengo,
tú no tienes nada,
tengo tres ovejas
en una manada
Una me da leche,
otra me da lana,
otra mantequilla
para la semana.

Del uno al diez

Sara Elena Garibay

Con tus deditos entintados en un cojín para sellos, puedes hacer una ilustración como ésta de una canción que ayuda a los demás pequeños a aprender la cuenta del uno al diez.

1 Brinca en la hierba un verde sapito;



2 dos catarinas pasando van,

3 tres hormiguitas pasan de prisa,

4 cuatro abejorros vienen y van;

5 cinco libélulas pasan formadas;

6 seis mariposas de par en par;

7 siete abejitas zumban
y zumban junto a un panal.

8 Hay ocho flores en la maceta,

9 nueve pollitos piando están,

10 cantan y cantan los pajaritos.

Con tus deditos, diez puedes contar.

vuela, vuela papa

Papalote: palabra que viene del náhuatl papalotl que quiere decir mariposa.

Va a llegar la primavera y con ella los colores; ya no hay lluvia, ni frío. El sol, los árboles, las flores, nos esperan con sus galas; ya podemos salir a jugar.

Pepe, Tere, Pita y Jorge van a volar un papalote que ellos mismos hicieron, ¿Te parece una buena idea? Reúnete con tus amigos una tarde y hagan un diseño propio; después pueden organizar una competencia entre varios equipos. Ganará el equipo cuyo papalote vuele más alto.

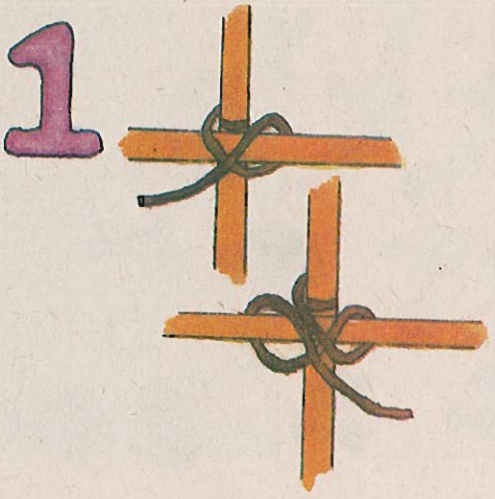
Consigue estos materiales:

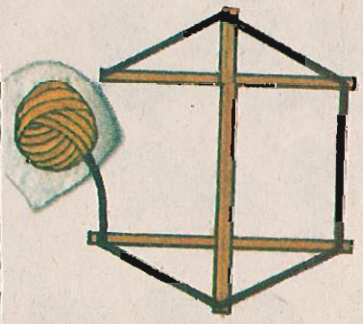
Varas de madera ligera o cañas de carrizo, papel de china, de periódico o bolsas de plástico, goma de pegar para el papel o hilo y agujas para coser el plástico, 20 metros de hilo resistente.

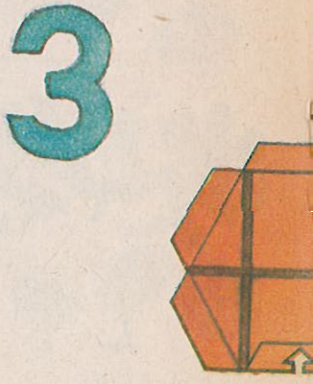
Primero, amarra las varas para formar un armazón y pasa un hilo resistente por los bordes.

Cubre el armazón con el papel.

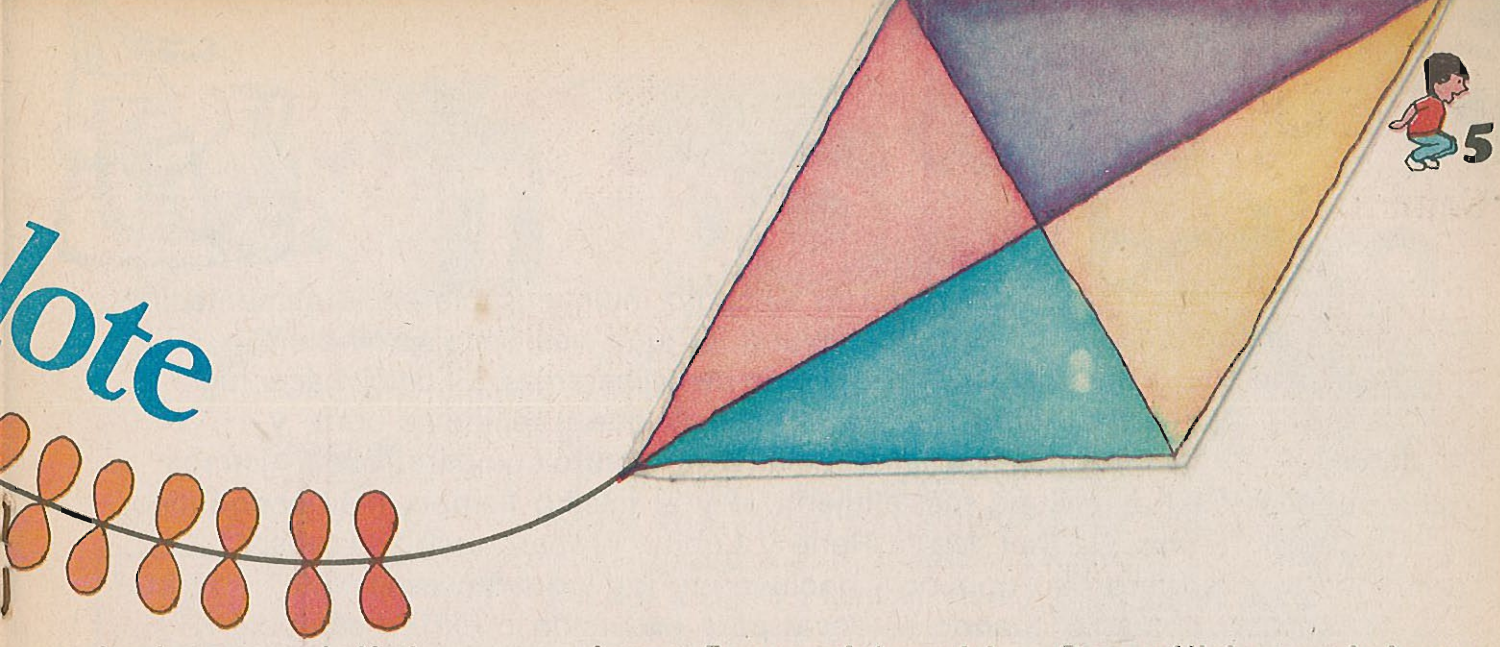
Pega el papel doblando los







lote



bordes o cose el plástico.

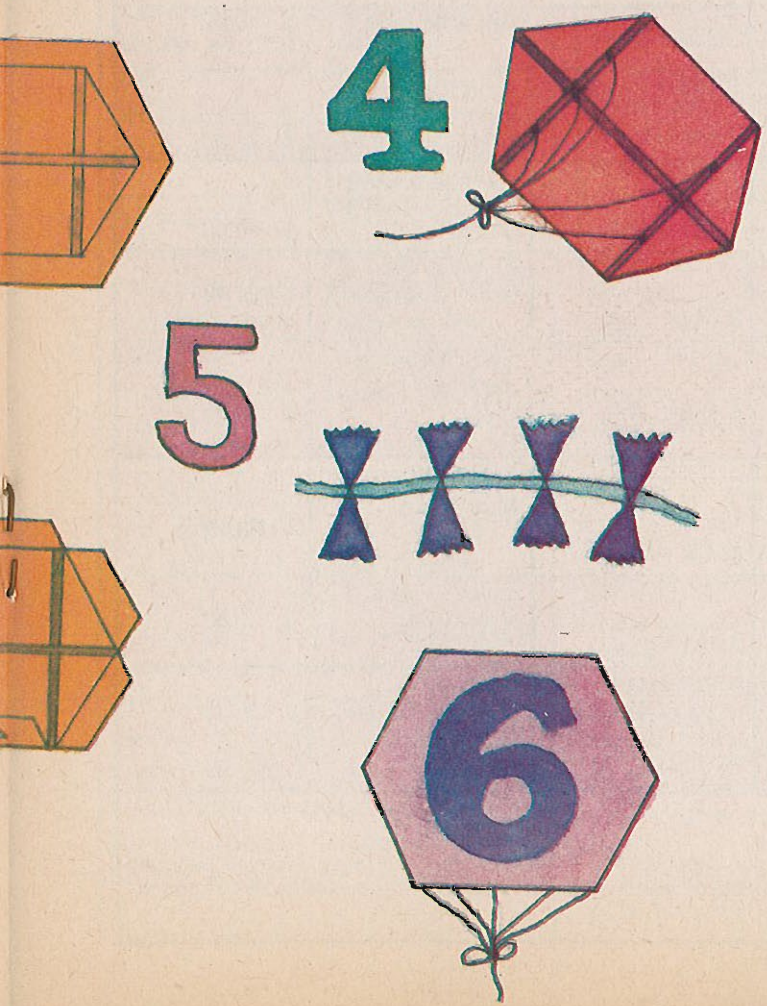
Amarra un hilo largo para hacer volar tu papalote. Sujétalo en donde cruza el armazón y agrégale dos hilos a los lados para que sirvan como guías. Amarra las guías al hilo principal.

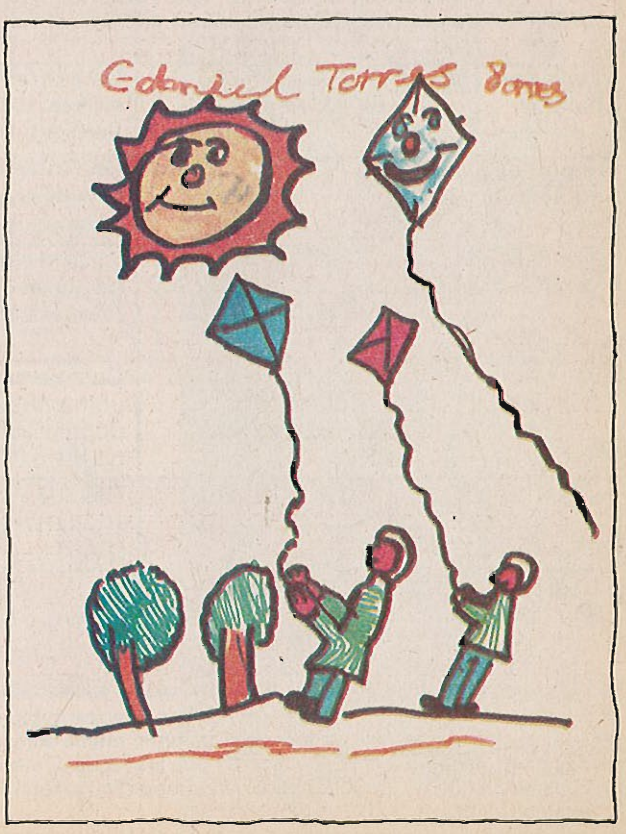
Para que se equilibre bien en el aire, la cola debe ser, casi siempre, 5 veces más larga del tamaño que tenga el papalote. Para hacer la cola te bastará cortar muchas tiras de 20 centímetros de largo por 6 centímetros de ancho; debes dejar 5 centímetros de espacio entre una y otra tira.

Enrolla el hilo en un palo grueso para que no se enrede. Desenróllalo cuando hagas volar tu papalote.

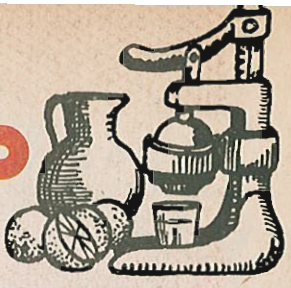
Decora el papalote como más te guste: un dragón, sol, monstruo, estrella, platillo volador.

Algunos brincadores aficionados a volar papalotes nos enviaron estos dibujos.





Naranja dulce, jugo casero



El jugo de frutas se ha convertido en un alimento indispensable en la alimentación. Por la mañana, antes del desayuno, el jugo nos hace sentir bien. Pero mamá se preocupa por el alto precio de las naranjas. Es difícil hacer jugo con otras frutas, sobre todo a esas horas en que el tiempo es corto y debemos correr para llegar a la escuela. Este cuadro comparativo lo hicimos para conocer cuál es el jugo más alimenticio y al mismo tiempo, más económico. Camilo, Elena, Gabriel, María, René y Lupita, probaron varios jugos y nos dieron su opinión. Concluyeron: los jugos envasados son buenos sólo cuando se llevan para excursión o día de campo.

¿Cómo se llama?	¿Cuánto tiene?	¿Cómo es su envase?	¿Cuánto cuesta?	¿A qué sabe?	Un vaso nos cuesta...
Jugo Vigor de naranja.	300 ml. = 1 vaso y medio.	Lata con un sello que se despega.	$ 62 + IVA	Muy dulce. Un poco a cáscara.	$ 47.53
Néctar Durazno Valle Redondo	355 ml. = 2 vasos bien llenos.	Lata con sello.	$ 70 + IVA	Dulce, espeso, sabe a durazno.	$ 40.25
Néctar Jumex Manzana.	350 ml. = 2 vasos menos llenos.	Lata con sello.	$ 72 + IVA	A manzana. Muy dulce y espeso.	$ 41.40
Jugo Valle Redondo Piña	1 litro = 5 vasos casi llenos.	Botella de vidrio. Tamaño familiar.	$ 174 + IVA	Agua de piña.	$ 40.02
Jugo Jumex manzana.	1 litro = 5 vasos.	Botellón de vidrio.	$ 182 + IVA	A manzana. Dulce. No tan espeso.	$ 41.86
Jugo Lala sólo naranja.	900 ml. = 4 vasos escasos.	De cartón. Necesita refrigerador. Sólo sabor naranja.	$ 167 + IVA	Agua que sabe mucho a cáscara de naranja.	$ 48.00
Jugo Yus sólo naranja.	450 ml. = 2 vasos	De cartón. Necesita refrigerarse. Sólo naranja.	$ 39 + IVA	Es agua con sabor de cáscara.	$ 22.42
Florida 7 Naranja solamente.	142 ml. de jugo concentrado para agregarle agua.	En forma de cilindro de plástico. Necesita refrigerarse.	$ 149 + IVA	Sabe mucho a naranja. Muy dulce.	$ 48.95
Valle Redondo Guayaba.	250 ml. = 1 vaso bien lleno.	Caja de cartón con un hoyito para el popote que a veces no tiene.	$ 54 + IVA	Sabe a guayaba, Muy dulce.	$ 62.10
Sonrisa Durazno	250 ml. = 1 vaso lleno.	Caja de cartón pero el popote está bien pegado.	$ 52 + IVA	Dulce y sabe a durazno.	$ 59.80
Jugo hecho en casa. Naranja.	Dos naranjas para llenar cada vaso.		$ 12.50 cada naranja en mercado sobre ruedas.	Rico, sabor fresco y natural.	$ 25.00

* Se tomó como medida un vaso de 250 centímetros cúbicos.
* Los precios son los de Tiendas Aurrerá en la última semana de enero.
* Los niños llegaron a la conclusión de que los jugos comerciales sólo son buenos si son de otras frutas que no sean naranjas, aunque consideran que la mayoría contiene sabores de frutas solamente y por efecto de los conservadores no tienen las propiedades que posee el jugo natural.

DE TODO como en botica

LOS SI Y LOS NO DE UNA BONITA SONRISA

SI	NO
A una buena alimentación que incluya frutas, carnes, verduras y cereales.	Al exceso de dulces, especialmente los de consistencia pegajosa como los chicles.
Al lavado frecuente y hecho según las instrucciones de tu dentista.	A olvidarte de lavar los dientes o hacerlo rápido y de cualquier manera.
Al uso de flúor, que es un elemento químico que ayuda a prevenir las caries.	A olvidarte de visitar al dentista por lo menos dos veces al año.

A VECES, LAS COSAS NO SON COMO PARECEN

El mimetismo es el arte de parecerse a algo o a alguien. En el mundo animal, el mimetismo ocurre frecuentemente, sobre todo entre los insectos y las arañas, donde las cosas no son como parecen; por ejemplo, cuando una oruga se siente amenazada, infla y yergue su cabeza en la que hay dibujos de ojos falsos y adquiere un aspecto de víbora temible de picadura mortal. Insectos como los "fásmido-hoja" presentan el cuerpo y las patas en forma de hoja y son de color verde por lo que resulta muy difícil descubrir su presencia. Estas imitaciones tienen como finalidad burlar a los posibles enemigos y son de importancia en la lucha por la supervivencia de los seres. diminutos Algunos poseen colores y formas que los ayudan a confundirse en el medio ambiente en que viven, otros alteran su cuerpo y color para formar parte de la planta donde se esconden.

21 DE MARZO DIA DE JUAREZ

Benito Juárez ha sido uno de los presidentes más justos, honestos y patriotas que ha tenido México, pero además, terminó con la intervención extranjera en el país y promulgó las Leyes de Reforma. Por eso es importante que el próximo 21 tengamos presente a uno de los grandes héroes de nuestra patria.

CARRERAS DE BURROS EN HUAUCHINANGO

El 15 de marzo se celebrará en Huauchinango, Puebla, la fiesta del Señor del Santo Entierro y la Feria de la Flor. Habrá carreras de burros, palo ensebado, juegos pirotécnicos y procesiones. Dile a papá que te lleve.

MAS SOBRE INSECTOS

Una mosca mueve sus alas 330 veces por segundo. Las cucarachas existen desde hace 300 millones de años. El escarabajo Goliat es el más grande de su especie y el sonido de sus alas se oye como el de un avión de juguete.

(Colaboración de Arturo Gustavo García Hernández).

47 AÑOS DE LA EXPROPIACION PETROLERA

Hasta antes del 18 de marzo de 1938, muchas compañías extranjeras se enriquecían con lo que obtenían de nuestro petróleo. Pero, a partir de esta fecha, el presidente Lázaro Cárdenas, logró que la explotación del petróleo en nuestro país fuera totalmente mexicana. Ahora, más que nunca, el petróleo es un elemento fundamental en el desarrollo de cualquier nación, sin embargo no todos los países lo tienen; por eso esta fecha es tan importante para nosotros

El correo de los brincadores

Amigos de El Brinco:

¿Han visto los "rascahuele"? Son muy caros, pero yo tengo la solución: hacer tus propias calcomanías. Les voy a dar la receta:

Necesitan cinta adhesiva gruesa, papel encerado y un dibujo. Engoma la cinta adhesiva por el lado sin pegamento, pega el dibujo por ese lado y déjalo secar. Pon el dibujo al revés en el papel encerado y con un lápiz dibuja la silueta y la pegas por el lado de la cinta adhesiva. Recorta el rededor del dibujo y cuando quieras usar la calcomanía sólo quita el papel encerado y pégalo.

José Antonio Ramírez Robredo

Querido Brinco:

Les he estado mandando cartas donde viene cómo hacer una alcancía. Ahora les quiero decir cómo hacer una brújula. Necesitan: un corcho, un imán y una aguja. Primero: frota la aguja en el imán en un sólo sentido; después coge el corcho y traspásalo con la aguja de lado a lado. En un recipiente con agua, pon a flotar el corcho. Una vez que sepas cuál apunta al norte dibuja una Rosa de los Vientos.

Tu brújula será así:

José Antonio Ramírez Robredo
Av. Tepeyac 4192
Cd. de los Niños
Guadalajara, Jalisco 450040

LOS INVENTOS DE ARTURO

Arturo García Hernández nos envió sus inventos que son muy interesantes y divertidos, pero le queremos pedir que nos mande otra carta detallándolos y explicando cada uno de ellos, para así poder publicarlos.

Escríbenos a:
El Brinco.
Apdo. Postal 20-600
01020 México, D.F.

En tus cartas incluye tu nombre completo, edad y año que cursas.